

DIKTAT

# PSIKOLOGI AGAMA

Untuk Kalangan Sendiri

OLEH :  
Dr. MOHAMMAD AL FARABI, M.Ag



FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA  
M E D A N  
2019

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan ke hadirat Allah swt., karena berkat izin dan ridhaNya diktat *Psikologi Agama* ini dapat diselesaikan. Shalawat dan salam turut penulis hadiahkan keharibaan Rasul tercinta, Muhammad saw., semoga syafaat dari beliau dapat membantu umatnya di hari akhirat kelak. Amin.

Penyusunan diktat ini bertujuan untuk membantu mahasiswa agar memiliki panduan dan pedoman dalam mengkaji mata kuliah *Psikologi Agama*. Dengan diterbitkannya diktat ini diperkirakan dapat meringankan mahasiswa dalam mencari materi kuliah yang lebih relevan, karna kerangka pembahasan diktat ini telah disesuaikan dengan kurikulum nasional yang dikeluarkan oleh Direktorat Pendidikan Tinggi Islam Kementerian Agama RI.

Penulis menyadari bahwa diktat ini masih memerlukan penyempurnaan. Karena itu penulis berharap kepada para pembaca serta pakar kajian psikologi agama, kiranya dapat memberikan saran dan kritik konstruktif demi kesempurnaan diktat ini pada penerbitan selanjutnya.

Mudah-mudahan diktat ini benar-benar bermanfaat bagi para pembaca, khususnya buat mahasiswa Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan sebagai cikal bakal psikolog dan pengembang kajian psikologi agama pada masa yang akan datang.

Medan, 1 September 2019

Penyusun,

**Dr. Mohammad Al Farabi, M.Ag**

## **KATA PENGANTAR**

### **DEKAN FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN KEGURUAN UIN SU**

Alhamdulillah, segala puji ke hadirat Allah swt. atas segala rahmat dan nikmat-Nya, kita dapat melaksanakan tugas dan pengabdian kita di muka bumi ini sesuai dengan peran dan tanggung jawab kita masing-masing. Shalawat dan salam turut disampaikan keharibaan Rasul tercinta Muhammad saw., semoga syafaatnya menyertai kita di *yaumul akhir* kelak. Amin.

Sebagaimana dimaklumi bahwa mata kuliah Psikologi Agama merupakan salah satu kajian penting yang dapat mengantarkan mahasiswa mengetahui berbagai perilaku keagamaan yang didorong oleh motif pada diri masing-masing individu, demikian pula perubahan perilaku keagamaan seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, sehingga mahasiswa dapat mengetahui fungsi agama yang dianut dan diyakininya sebagai tuntutan yang dapat membawa kebahagiaan dalam kehidupan, baik di dunia maupun di akhirat.

Untuk mempermudah mahasiswa mencapai target pembelajaran yang diharapkan, kehadiran *Diktat Psikologi Agama* yang disusun Dr. Mohammad Al Farabi, M.Ag ini perlu kita sambut guna peningkatan kualitas pembelajaran di lingkungan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara. Semoga kehadiran *Diktat Psikologi Agama* ini bermanfaat dalam kegiatan pembelajaran dan segala usaha yang telah dilakukan penyusun dapat menjadi amal kebajikan di sisi Allah swt. *Amin Ya Mujibassa'ilin*.

Medan, 1 September 2019  
Dekan,

**Dr. H. Amiruddin Siahaan, M.Pd**  
NIP. 19601006 199403 1 002

## **DESKRIPSI MATA KULIAH PSIKOLOGI AGAMA**

### **A. IDENTITAS MATA KULIAH**

Nama Mata Kuliah : Psikologi Agama  
Jumlah SKS : 2 SKS  
Semester : VII (Ganjil)  
Kelompok Mata Kuliah : MKKP Program Studi  
Program Studi/Program : Pendidikan Agama Islam (PAI) / S1

### **B. TUJUAN MATA KULIAH**

Mata Kuliah Psikologi Agama ini bertujuan untuk menggali wacana kritis mengenai teori dan tema-tema psikologi yang membahas mengenai keberagamaan dan mendiskusikan berbagai perkembangan keberagamaan masyarakat saat ini dengan pisau analisa psikologi.

### **C. URGENSI MATA KULIAH**

Menjadi sangat penting bagi mahasiswa sebagai calon guru untuk dapat memahami perilaku keberagamaan seseorang dan perkembangannya sehingga mampu membimbing dan mengarahkannya secara efektif dan efisien untuk menghasilkan output dan outcome pembelajaran yang paripurna.

### **D. DESKRIPSI ISI BAHAN AJAR PSIKOLOGI AGAMA**

Bahan Ajar atau Diktat Mata Kuliah Psikologi Agama ini dirujuk berdasarkan Kurikulum Nasional yang dipergunakan program studi Pendidikan Agama Islam (PAI) Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara. Dalam diktat perkuliahan ini dibahas materi-materi mengenai Pengertian, Hakikat, dan Ruang Lingkup Psikologi Agama, Dasar-dasar dan Objek Psikologi Agama, Metode-metode yang dipergunakan dalam Psikologi Agama dan manfaat mempelajarinya, Perkembangan Jiwa Keagamaan pada usia Anak-anak, Remaja, Dewasa, dan Usia Lanjut, Indikator Kematangan Beragama dan Manifestasinya dalam Prilaku Keberagamaan, Konversi Agama, Hubungan Psikologi Agama dengan Tasawuf, Dzikir dan Doa sebagai Psikoterapi Religius, Tinjauan Psikologis Mengenai Shalat, dan Konsep Kepribadian dan Fitrah dalam Pandangan Psikologi Agama, serta masalah-masalah aktual yang berkembang diseperti kajian Psikologi Agama.

## DAFTAR ISI

|   |           |
|---|-----------|
| KATA PENGANTAR PENULIS.....   | i         |
| KATA PENGANTAR DEKAN FAKULTAS ILMU TARBIYAH DAN<br>KEGURUAN UIN SUMATERA UTARA..... | ii        |
| DESKRIPSI MATA KULIAH.....  | iii       |
| DAFTAR ISI.....   | iv        |
| <b>BAB I : PENGERTIAN DAN HAKIKAT PSIKOLOGI AGAMA.....</b>                          | <b>1</b>  |
| A. Pengertian Psikologi Agama.....  | 1         |
| B. Hakikat Psikologi Agama.....   | 5         |
| <b>BAB II : DASAR-DASAR DAN OBJEK PSIKOLOGI AGAMA.....</b>                          | <b>6</b>  |
| A. Dasar-dasar Psikologi.....   | 6         |
| B. Objek Psikologi Agama .....  | 10        |
| <b>BAB III : METODE DAN MANFAAT PSIKOLOGI AGAMA.....</b>                            | <b>17</b> |
| A. Metode-metode dalam Psikologi Agama.....   | 17        |
| B. Manfaat Psikologi Agama.....   | 24        |
| <b>BAB IV : JIWA AGAMA.....</b>   | <b>28</b> |
| A. Pengertian, Ruang Lingkup, dan Kegunaan Jiwa Agama.....                          | 28        |
| B. Teori tentang Sumber Kejiwaan Agama.....   | 30        |
| C. Jiwa Keagamaan pada Anak-anak, Remaja, Dewasa,<br>dan Usia Lanjut.....           | 33        |
| <b>BAB V : KONVERSI AGAMA.....</b>  | <b>45</b> |
| A. Pengertian Konversi Agama.....   | 45        |
| B. Ciri-ciri Konversi Agama.....  | 47        |
| C. Faktor-faktor Penyebab Konversi Agama.....                                       | 47        |
| D. Jenis-jenis Konversi Agama.....  | 49        |
| E. Tahapan dan Proses dalam Konversi Agama.....                                     | 50        |

|  |                |
|--|----------------|
| <b>BAB VI : HUBUNGAN PSIKOLOGI AGAMA DENGAN TASAWUF.....</b>           | <b>52</b>      |
| A. Pengertian Psikologi Agama dan Tasawuf.....                         | 52             |
| B. Hakikat Ilmu Tasawuf dan Ilmu Jiwa.....                             | 53             |
| C. Hubungan Tasawuf dengan Psikologi Agama.....                        | 55             |
| <br><b>BAB VII : ZIKIR DAN DO'A SEBAGAI PSIKOTERAPI PSIKOLOGI.....</b> | <br><b>61</b>  |
| A. Pengertian Zikir, Do'a, dan Psikoterapi .....                       | 61             |
| B. Zikir dan Do'a Sebagai Psikoterapi Psikologi.....                   | 67             |
| <br><b>BAB VIII : TINJAUAN PSIKOLOGI MENGENAI SHOLAT.....</b>          | <br><b>71</b>  |
| A. Pegertian Sholat.....   | 71             |
| B. Dimensi Psikologi Sholat.....                                       | 72             |
| <br><b>BAB IX : KONSEP KEPRIBADIAN DAN FITRAH DALAM PSIKOLOGI</b>      |                |
| <b>AGAMA.....</b>  | <b>83</b>      |
| A. Konsep Kepribadian.....   | 83             |
| B. Konsep Fitrah.....  | 90             |
| <br><b>BAB X : PERMASALAHAN DALAM PSIKOLOGI AGAMA.....</b>             | <br><b>101</b> |
| A. Penyimpangan Agama.....   | 101            |
| B. Konflik Agama.....  | 104            |
| <br><b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>   | <br><b>115</b> |



## BAB I

### PENGERTIAN DAN HAKIKAT PSIKOLOGI AGAMA

#### A. PENGERTIAN PSIKOLOGI AGAMA

Menurut bahasa, Psikologi berasal dari bahasa Yunani, yaitu kata *psyche* = jiwa, *logos* = ilmu. Jadi psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang gejala-gejala jiwa dan perilaku manusia. Psikologi dapat diartikan sama dengan ilmu jiwa, sedangkan psikologi secara umum adalah ilmu yang mempelajari gejala-gejala jiwa manusia yang berkaitan dengan kognisi, emosi, dan konasi, dan gejala campuran. Gejala campuran ini seperti intelegensi, kelelahan maupun sugesti.<sup>1</sup>

Adapun agama berasal dari bahasa latin *religio* yang berarti *obligation* (kewajiban). Syahminan Zaini sebagaimana dikutip oleh Rohmalina Wahab mengatakan ada tiga pendapat mengenai asal kata ‘agama’; *pertama*, berasal dari bahasa Sansekerta, yaitu *a* = tidak, *gama* = kacau. Jadi agama artinya tidak kacau. *Kedua*, berasal dari bahasa Sansekerta, asal katanya *gam* = jalan, kata ini ada hubungannya dengan bahasa Inggris (*to go*), bahasa Jerman (*gehen*), bahasa Belanda (*gaan*) yang berarti pergi. Jadi agama artinya jalan yang harus dipakai atau diikuti sehingga dapat sampai ke suatu tujuan yang mulia dan suci. *Ketiga*, berasal dari bahasa Arab *iqoma* kemudian berubah menjadi agama. Dalam bahasa Indonesia, kata-kata yang berasal dari huruf *qof* biasanya menjadi *kaf*, seperti (عقل) menjadi akal (اكل).<sup>2</sup>

Psikologi agama terdiri dari dua kata yang berbeda itu mencerminkan dua keilmuan yang berbeda yaitu psikologi dan agama. Psikologi sendiri diartikan sebagai keilmuan yang mempelajari tentang kejiwaan dan tingkah laku manusia. Robert H. Thoules menjabarkan definisi psikologi sebagai ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku dan pengalaman manusia. Secara umum, psikologi mempelajari sikap, tingkah laku, respon manusia sebagai reflek atau gambaran kejiwaan pada seseorang tersebut. Sedangkan agama merupakan keilmuan yang berdasar pada keyakinan atau kepercayaan

---

<sup>1</sup>Jalaluddin, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), h. 7.

<sup>2</sup>Rohmalina Wahab, *Psikologi Agama* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2015), h. 2.



batiniah tentang sang pencipta. Definisi agama yang sesungguhnya masih belum menemukan yang tepat dari berbagai uraian definisi yang diutarakan oleh ahli.

Menurut Bruno (1987) dalam Syah (1996:8) membagi pengertian psikologi menjadi tiga bagian yang pada prinsipnya saling berkaitan: 1. Psikologi adalah studi mengenai Ruh 2. Psikologi adalah ilmu pengetahuan mengenai kehidupan mental. 3. Psikologi adalah ilmu pengetahuan mengenai perilaku organisme. Sarwono (1976) juga mengemukakan beberapa definisi psikologi. 1. Psikologi adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia dan hewan. 2. psikologi adalah studi yang mempelajari hakikat manusia. 3. psikologi adalah ilmu yang mempelajari respon yang diberikan oleh makhluk hidup terhadap lingkungannya.

Sujito (1985) menyatakan bahwa psikologi adalah ilmu yang mempelajari atau menyelidiki pernyataan-pernyataan jiwa. Berdasarkan beberapa definisi di atas dapat dirumuskan bahwa psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku individu (manusia) dalam interaksi dengan lingkungannya. Psikologi secara umum mempelajari gejala kejiwaan manusia yang berkaitan dengan pikiran (*cognisi*), perasaan (*emotion*) dan kehendak (*conasi*). Psikologi secara umum dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari gejala jiwa manusia yang normal, dewasa, dan beradab (Jalaluddin, 1998:77). Menurut Robert H. Thouless, Psikologi sekarang dipergunakan secara umum untuk ilmu tentang tingkah laku dan pengalaman manusia. Definisi psikologi secara umum yaitu meneliti dan mempelajari kejiwaan yang ada di belakangnya, karena jiwa bersifat abstrak.

Agama berasal dari bahasa Sanskerta *a* artinya tidak dan *gama* artinya kacau. Agama artinya tidak kacau atau adanya keteraturan dan peraturan untuk mencapai arah atau tujuan tertentu. Dalam bahasa latin agama disebut *religere*, artinya mengembalikan ikatan, memperhatikan dengan seksama; jadi agama adalah tindakan manusia untuk mengembalikan ikatan atau memulihkan hubungannya dengan Ilahi.

Menurut sudut pandang Sosiologi, agama adalah tindakan-tindakan pada suatu sistem sosial dalam diri orang-orang yang percaya pada suatu kekuatan tertentu (kekuatan supra natural) dan berfungsi agar dirinya dan masyarakat keselamatan. Agama merupakan suatu sistem sosial yang dipraktekkan masyarakat; sistem sosial yang dibuat manusia untuk berbakti dan menyembah Ilahi. Sistem sosial tersebut dipercayai merupakan perintah, hukum, kata-kata yang langsung datang dari Ilahi agar manusia

mentaatinya. Perintah dan kata-kata tersebut mempunyai kekuatan Ilahi sehingga dapat difungsikan untuk mencapai atau memperoleh keselamatan secara pribadi dan masyarakat. Menurut sudut kebudayaan, agama adalah salah satu hasil budaya. Artinya, manusia membentuk atau menciptakan agama karena kemajuan dan perkembangan budaya serta peradabannya. Semua bentukbentuk penyembahan kepada Ilahi (misalnya nyanyian, pujian, tarian, mantra, dan lain-lain) merupakan unsur-unsur kebudayaan. Oleh sebab itu jika manusia mengalami kemajuan, perubahan, pertumbuhan, dan perkembangan kebudayaan, maka agama pun mengalami hal yang sama. Sehingga hal-hal yang berhubungan dengan ritus, nyanyian, cara penyembahan dalam agama-agama perlu diadaptasi sesuai dengan situasi dan kondisi dan perubahan sosio-kultural masyarakat.

Menurut Harun Nasution agama adalah: 1. Pengakuan terhadap adanya hubungan manusia dengan kekuatan ghaib yang harus dipatuhi; 2. Pengakuan terhadap adanya kekuatan ghaib yang menguasai manusia; 3. Mengikat diri pada suatu bentuk hidup yang mengandung pengakuan pada suatu sumber yang berada di luar diri manusia dan yang mempengaruhi perbuatan-perbuatan manusia; 4. Kepercayaan pada suatu kekuatan ghaib yang menimbulkan cara hidup tertentu; 5. Suatu sistem tingkah laku yang berasal dari sesuatu kekuatan ghaib; 6. Pengakuan terhadap adanya kewajiban-kewajiban yang diyakini bersumber pada suatu kekuatan ghaib; 7. Pemujaan terhadap kekuatan ghaib yang timbul dari perasaan lemah dan perasaan takut terhadap kekuatan misterius yang terdapat pada alam sekitar manusia; 8. Ajaran-ajaran yang diwahyukan tuhan kepada manusia melalui seorang rasul.

Max Muller berpendapat tentang pengertian dari agama belum lengkap dikarenakan penelusuran dan penelitian terkait agama masih terus dilakukan. Edward Burnett Tylor mendefinisikan agama merupakan kepercayaan kepada wujud spiritual (*the belief in spiritual beings*). Kemudian, menurut Sutan Takdir Alisjahbana, agama merupakan suatu sistem tingkah laku dan hubungan manusia dengan rahasia kekuatan ghaib yang luas, mendalam dan memberikan arti terhadap kehidupan dan alam semesta disekelilingnya.

Psikologi agama, menurut Zakiah Daradjat mempelajari pengaruh agama terhadap tingkah laku individu diakibatkan oleh cara berpikir, bersikap, respon, dan bertindak laku yang tidak dapat dipisahkan dari kepercayaan yang menyatu menjadi

bentuk kepribadian. Dengan demikian, psikologi agama meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang yang mempelajari berapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya. Di samping itu, psikologi agama juga mempelajari pertumbuhan dan perkembangan jiwa agama pada seseorang, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keyakinan tersebut.<sup>3</sup>

Jalaludin berpendapat bahwa Psikologi Agama menggunakan dua kata yaitu Psikologi dan Agama, kedua kata ini memiliki pengertian yang berbeda. Dimana Psikologi secara umum diartikan sebagai ilmu yang mempelajari gejala jiwa manusia yang normal, dewasa dan beradab, sedangkan agama adalah kepercayaan manusia (keyakinan), jadi psikologi agama adalah perkembangan jiwa agama pada seseorang, serta faktor-faktor yang mempengaruhi keyakinan tersebut.<sup>4</sup>

Menurut Dr. Nico Syukur Dister, Psikologi agama merupakan ilmu yang menyelidiki perilaku manusia baik sadar maupun tidak sadar, dan berhubungan dengan kepercayaan yang diajarkan padanya tentang 'Nan Illahi' (segala sesuatu yang bersifat agung/dewa) yang terkait dengan kehidupan manusia dengan lingkungannya.

Dari beberapa pengertian psikologi agama diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa psikologi agama adalah ilmu pengetahuan yang membahas tentang pengaruh keyakinan atau kepercayaan menurut agama terhadap perilaku manusia dalam kehidupannya dalam lingkungan

## **B. HAKIKAT PSIKOLOGI AGAMA**

Pada hakikatnya, psikologi agama adalah ilmu yang membahas, mempelajari, memahami kehidupan beragama seseorang mulai dari sumber-sumber jiwa keagamaan, perkembangan, karakteristik, faktor yang mempengaruhi, gangguan dalam perkembangan serta penyimpangan dan mengenai kecerdasan serta kematangan beragama.

Psikologi agama mencakup kesadaran beragama dan pengalaman beragama. Sedangkan pengalaman agama adalah unsur perasaan dan kesadaran beragama, yaitu perasaan yang membawa kepada keyakinan yang dihasilkan oleh tindakan. Sedangkan psikologi agama meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah laku orang atau

---

<sup>3</sup>Zakiah Daradjat, *Psikologi Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1970), h. 11.

<sup>4</sup>Jalaluddin, *Psikologi*, h. 77.

mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang, karena cara berpikir, bersikap, bereaksi dan bertindak laku tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinan itu masuk dalam konstruksi pribadi. Secara komprehensif, psikologi agama mengkaji persoalan yang berkaitan dengan aspek keagamaan manusia, seperti motivasi beragama, kesadaran beragama, pengalaman beragama, tingkah beragama, ekspresi keberagamaan, dan kematangan beragama seseorang.

## **BAB II**

### **DASAR-DASAR DAN OBJEK PSIKOLOGI AGAMA**

#### **A. DASAR-DASAR PSIKOLOGI AGAMA**

Menurut Zakiah Darajat, psikologi agama merupakan proses meneliti dan menelaah kehidupan beragama seseorang yang mempelajari seberapa besar pengaruh keyakinan agama tersebut dalam sikap, tingkah laku dan juga keadaan hidup pada umumnya. Selain itu, psikologi agama juga mempelajari pertumbuhan dan perkembangan jiwa agama dari seseorang dan juga faktor yang mempengaruhi kepercayaan tersebut. Terdapat teori teori dalam psikologi agama yang diungkapkan oleh para ahli dan akan dipaparkan berikut ini.

#### **Teori Monistik**

Menurut teori monistik, yang menjadi sumber dari kejiwaan agama dan ada banyak manfaat psikologi agama dalam kehidupan sehari hari ini berasal dari satu sumber kejiwaan. Sumber kejiwaan yang dominan tersebut juga berbeda beda menurut para ahli, yakni:

##### **1. Thomas van Aquino**

Thomas menyatakan bahwa yang mendasari kejiwaan agama adalah berpikir. Manusia berTuhan karena memakai kemampuan berpikir yang dimiliki. Kehidupan beragama sendiri merupakan refleksi dari kehidupan berpikir manusia itu sendiri.

##### **2. Frederick Hegel**

Menurut Frederick Hegel, agama merupakan sebuah pengalaman yang sungguh benar dan tepat karena bersifat abadi sehingga peranan psikologi agama dalam proses mendidik anak sangatlah penting. Atas dasar konsep tersebut, maka agama semata mata hanya menjadi hal atau persoalan yang berhubungan dengan pikiran.

### **3. Frederick Schleimacher**

Frederick Schleimacher berpendapat jika sumber keagamaan adalah rasa dari ketergantungan yang mutlak. Dengan kehadiran ketergantungan yang mutlak tersebut, maka membuat manusia merasa jika diri mereka adalah lemah. Kelemahan tersebut membuat manusia bergantung dengan sebuah kekuasaan yang ada di luar diri mereka dan rasa ketergantungan tersebut terjadi karena konsep tentang Tuhan. Perasaan tidak berdaya untuk menghilangkan tentangan alam akan selalu dialami dan timbul permintaan perlindungan pada kekuasaan yang diyakini bisa melindungi diri mereka.

### **4. Rudolf Otto**

Menurut Rudolf Otto mengenai teori monistik dalam psikologi agama, sumber jiwa adalah rasa kagum dari The Whaly Other atau yang sama sekali lain. Apabila seseorang terpengaruh dengan rasa kagum terhadap sesuatu yang dianggap lain dari yang lain, maka kondisi mental seperti itu dinamakan dengan Numinous. Perasaan tersebutlah yang menurut Otto sebagai sumber kejiwaan agama manusia.

### **5. Sigmund Freud**

Menurut Freud, peran psikologi agama dalam kehidupan yakni kejiwaan yang menjadi sumber kejiwaan agama adalah naluri seksual atau libido sexual. Berdasarkan libido tersebut, maka timbul ide mengenai Tuhan beserat upacara keagamaan dengan beberapa proses, yakni:

- a). Oedipus complex: Mitos Yunani kuno yang bercerita jika karena cinta pada ibunya, maka Oedipus membunuh sang ayah dan disaat ayahnya mati, maka timbul rasa bersalah pada diri sendiri.
- b). Image: Sesudah membunuh bapaknya, Pedipus terus dihantui dengan rasa bersalah dan timbul penyesalan.

Perasaan ini memberikan ide untuk melakukan cara sebagai penebus kesalahan manusia yang sudah dilakukan. Mereka kemudian memuja dengan alasan sebab dari pemujaan tersebut menurut Freud sebagai asal dari upacara keagamaan sebab agama terjadi dari ilusi manusia.

## **6. William Mc Dougall**

Ia berpendapat jika tidak ada insting khusus mengenai sumber jiwa keagamaan namun dari 14 insting yang ada pada diri manusia, maka agama terjadi dari dorongan insting tersebut secara terintegrasi.

### **Teori Fakulti**

Teori fakulti berpendapat jika tingkah laku manusia tidak hanya bersumber dari faktor tunggal, akan tetapi terdiri dari beberapa unsur seperti fungsi cipta atau reason, rasa atau emotion dan juga karsa atau will. Menurut teori fakulti atau faculty theory, perbuatan manusia yang memiliki sifat keagamaan akan dipengaruhi dengan tiga fungsi, yakni:

- a). Fungsi cipta; yakni fungsi intelektual manusia dimana lewat cipta maka seseorang bisa membandingkan dan menilai yang kemudian akan memutuskan tindakan terhadap stimulus tertentu termasuk agama.
- b). Fungsi rasa; yakni suatu tenaga dalam jiwa manusia yang berperan dalam membentuk motivasi dalam tingkah laku seseorang. Lewat fungsi rasa, maka bisa menyebabkan penghayatan dalam hidup beragama yang kemudian akan memberi makna untuk kehidupan beragama.
- c). Karsa; yakni fungsi eksklusif dalam jiwa manusia yang berguna untuk mendorong terjadinya pelaksanaan doktrin dan ajaran agama.

### **G.M. Straton**

G.M. Straton yang mengemukakan teori konflik mengatakan jika yang menjadi sumber kejiwaan agama adalah terjadinya konflik dalam kejiwaan manusia. Keadaan yang berlawanan seperti baik dan buruk, moral dan immoral, pasif dan aktif, rendah diri dan percaya diri bisa menyebabkan pertentangan atau konflik di dalam diri manusia. Apabila konflik tersebut sudah mencekam manusia dan mempengaruhi kejiwaan manusia, maka manusia akan mencari pertolongan pada sebuah kekuasaan tertinggi yakni Tuhan. Seperti Sigmund Freud yang berpendapat jika dalam setiap organis memiliki dua konflik kejiwaan seseorang yang mendasar, yakni:

- a). *Life urge*: Keinginan untuk mempertahankan kelangsungan hidup dari keadaan yang terdahulu agar bisa tetap dilanjutkan.

- b). *Death urge*: Keinginan untuk kembali ke dalam keadaan semula sebagai benda mati atau anorganis.

G.M. Straton juga berpendapat jika konflik positif yang tergantung dengan dorongan pokok adalah dorongan dasar atau *basic urge* sebagai keadaan yang mengakibatkan terjadinya konflik tersebut. Dalam penerapannya, W.H. Clark mengatakan, jika atas dasar keinginan mendasar yang dikemukakan Sigmund Freud jika ekspresi dari pertentangan antara death urge dan juga *life urge*, maka ini merupakan sumber kejiwaan diri manusia. Pada kenyataan hidup beragama, kita bisa melihat dorongan *life urge* dengan positif sehingga banyak pemeluk agama yang mengamalkan agama mereka dengan ikhlas dalam hidup yang juga didorong dengan ketakutan death urge atau hari kiamat.

### **Zakiah Daradjat**

Dr. Zakiah Daradjat berpendapat jika dalam diri manusia terdapat kebutuhan pokok. Ia mengatakan jika selain kebutuhan jasmani dan rohani, manusia juga memiliki kebutuhan akan keseimbangan kehidupan jiwa.

### **W.H Thomas**

Lewat teori *The Four Wishes*, ia mengemukakan jika fungsi jiwa dalam psikologi atau sumber kejiwaan agama adalah 4 jenis keinginan dasar yang ada di dalam jiwa manusia, yakni:

- a. Keinginan untuk keselamatan atau *security*
- b. Keinginan untuk mendapatkan penghargaan atau *refognations*
- c. Keinginan agar bisa ditanggapi atau *response*
- d. Keinginan pengetahuan atau pengalaman baru atau *new experience*.

Dari 4 keinginan dasar tersebut, maka umumnya manusia akan menganut agama. Dengan menyembah dan mengabdikan pada Tuhan, maka keinginan keselamatan akan terpenuhi. Hal ini juga terjadi dengan keinginan untuk memperoleh penghargaan pada umat yang setia dan ikhlas lebih dari kaum lainnya.



## B. OBJEK KAJAN PSIKOLOGI AGAMA

Prof. Dr. Zakiah Daradjat menyatakan bahwa lapangan penelitian Psikologi Agama mencakup proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat-akibat yang dirasakan sebagai hasil dari keyakinan terhadap suatu agama yang dianut.<sup>5</sup>

Lapangan kajian psikologi agama adalah proses beragama, perasaan dan kesadaran beragama dengan pengaruh dan akibat-akibat yang dirasakan sebagai hasil dari keyakinan. Sedangkan objek pembahasan psikologi agama adalah gejala-gejala psikis manusia yang berkaitan dengan tingkah laku keagamaan, kemudian mekanisme antara psikis manusia dengan tingkah laku keagamaannya secara timbal balik dan hubungan pengaruh antara satu dengan lainnya.<sup>6</sup>

Dari dua pernyataan ini terdapat perbedaan antara lapangan dan objek dalam psikologi agama. Perbedaan itu adalah pada fokus pembahasannya. Pada pembahasan lapangan psikologi adalah proses, perasaan dan kesadaran dalam beragama sedangkan objeknya adalah tingkah laku yang ditimbulkan dalam pengalaman beragama seseorang.

Kesadaran beragama menurut James adalah kesadaran individual terhadap Zat yang tidak terlihat. Kesadaran beragama dapat bersumber dari berbagai cara, mulai dari pencarian kebenaran ajaran agama, keterlibatan dalam kegiatan keagamaan, perenungan, penyelidikan-penyelidikan terhadap peristiwa-peristiwa alam.

Sedangkan pengalaman beragama adalah perasaan yang muncul dalam diri seseorang setelah menjalankan ajaran agama. Pengalaman beragama di sebut juga pengalaman spritual, pengalaman suci, atau pengalaman mistik. Pengalaman tersebut berisikan pengalaman individual yang dialami seseorang ketika dia berhubungan dengan Tuhan.

James sebagaimana dikutip oleh Masganti, mengatakan bahwa pengalaman beragama memiliki 4 karakteristik, yaitu:

- 1) Bersifat temporal dan terjadi dalam waktu yang singkat
- 2) Tidak dapat digambarkan dengan kata-kata
- 3) Seseorang mendapatkan pelajaran yang sangat berharga dari pengalamannya

---

<sup>5</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h. 15.

<sup>6</sup> Masganti Sit, *Psikologi Agama* (Medan: Perdana Publishing, 2011), h. 9.

4) Terjadi tanpa kontrol individu ketika dia melakukan sebuah ajaran agama.

Para psikologi agama menyatakan banyak kejadian yang dapat menghadirkan pengalaman agama antara lain; meditasi, shalat, berdo'a, depresi, mati suri dan pengalaman sufistik.

Dalam ajaran Islam, ada tiga hirarki pengalaman beragama Islam, yakni:

#### 1. Tingkatan Syari'ah

Syari'ah adalah aturan atau undang-undang, yakni aturan yang dicipta oleh Allah Swt dan Rasul-Nya) untuk mengatur kehidupan orang-orang *mukallaf* (yang dibebani aturan), baik hubungan kepada Allah swt. maupun hubungan dengan sesama manusia.

Tatanan syari'at berarti kualitas amalan lahir (formal) yang ditetapkan dalam ajaran agama Islam melalui Alquran dan Sunnah. Amalan itu dijadikan beban (taklif) yang harus dilaksanakan, sehingga amalan lebih didorong sebagai penggugur kewajiban. Dalam tataran ini, pengalaman agama bukan sebagai kebutuhan tetapi sebagai tuntutan dari atas syar'i ke bawah (mukallaf). Seseorang dalam tataran ini, pengalaman agamanya karena didorong oleh kebutuhan yang berhubungan dengan Allah Swt, bukan semata-mata karena mentaati perintah Tuhan.

Syariah adalah perintah untuk memenuhi kewajiban ibadah dan hakikat adalah penyaksian kebutuhan. Syariat datang dengan membawa beban Tuhan yang maha pencipta sedangkan hakikat menceritakan tentang tindakan Tuhan. Syariat adalah engkau mengabdikan kepada Allah Swt, sedangkan hakikat adalah engkau menyaksikan Allah Swt. Syariat adalah melaksanakan perintah, sedangkan hakikat menyaksikan apa yang telah di putuskan dan di tentukan, yang disembunyikan dan yang di tampilkan. (al-Qusyairi:42).

#### a. Tingkatan Tarikat

Tarikat yaitu pengalaman ajaran agama sebagai jalan atau alat untuk mengarahkan Tingkat jiwa dan moral. Dalam tataran ini, seseorang menyadari bahwa ajaran agama yang dilaksanakan bukan semata-mata sebagai tujuan tetapi sebagai alat dan metode meningkatkan moral. Contohnya: Puasa di bulan Ramadhan.

## b. Tingkatan Hakikat

Tingkatan hakikat berarti realitas, senyatanya, dan sebenarnya. Dalam taswauf yang nyata dan yang sebenarnya adalah Allah Maha Besar. Pada tingkat hakikat, berarti dimana seseorang telah menyaksikan Allah swt dengan mata hatinya. Berbeda dengan syariat yang menganggap perintah sebagai tuntutan dan beban, maka dalam tataran hakikat perintah tidak lagi menjadi tuntutan dan beban tetapi berubah menjadi kebutuhan.

Abu Ali al-Daqaq yang dikutip oleh al-Quyairy dalam Masganti mengatakan: “Saya mendengar al-Ustadz Abu Ali al-Daqaq r.a berkata ; “firman Allah swt.: *iyyaka na’budu* (hanya padamu aku menyembah) adalah menjaga syari’at, sedangkan *wa iyyaka nasta’in* (dan hanya kepadamu kami meminta pertolongan) adalah sebuah pengakuan hakikat.”<sup>7</sup>

## Perkembangan Pengalaman Beragama

Perkembangan perilaku beragama manusia sangat berbeda bila dibandingkan dengan perkembangan aspek-aspek dalam diri manusia )seperti fisik, intelektual, sosial dan sebagainya). Pada perkembangan aspek dalam diri manusia, umumnya akan mengalami peningkatan mulai dari masa kanak-kanak sampai remaja atau dewasa. Namun selanjutnya akan mengalami penurunan sedikit demi sedikit. Tidak demikian halnya dengan perkembangan perilaku beragama. Dalam, dapat dikatakan bahwa grafik perkembangan perilaku beragama cenderung meningkat terus hingga ajal menjemput manusia<sup>8</sup>.

### 1. Pengalaman Beragama Pada Masa Kanak-Kanak

Para ahli psikologi agama umumnya memiliki pendapat bahwa dalam diri manusia terdapat instrik religius, yaitu potensi yang alamiah membawa manusia dalam kehidupan beragama. Selanjutnya, perkembangan potensi ini sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan aspek kepribadian lainnya.

Perilaku lingkungan, terutama keluarga sangat dominan bagi perkembangan perilaku beragama individu. Anak yang dibesarkan dalam keluarga yang religius, kemungkinannya akan berkembang menjadi lebih religius dibandingkan dengan sebaliknya. Jika anak dilahirkan dalam keadaan orangtua Yahudi, Nasrani dan Majusi

---

<sup>7</sup>*Ibid*, Masganti, h. 12.

<sup>8</sup>Irwan Saleh Dalimunte, dkk., *Pendidikan dan Psikologi Islami*, Bandung: Citapustaka Media, 2007, hal. 220.

maka akan terikutlah dengan orangtuanya dan sedikit dari mereka yang kembali ke fitrahnya.

Perilaku pada masa kanak-kanak yang sangat menonjol berkembang melalui proses imitasi. Pada awalnya anak beragama karena meniru orangtuanya. Anak hanya menirukan apa yang diyakini dan dilaksanakan orang tua. Bila anak melakukan suatu ibadah itu karena dilakukan oleh orang tua dan belum ada keseriusan dalam diri anak melakukan ritual keagamaan seperti orang dewasa.

## **2. Pengalaman Beragama Pada Masa Remaja**

### **a. Pengalaman ketuhanannya makin bersifat individual**

Remaja yang menemukan Tuhan-nya akan memiliki kepercayaan diri yang kuat dan berani berdiri di atas kaki sendiri menghadapi segala macam tantangan dan kesukaran dari dunia luar. Kalau sikap percaya diri itu berlebihan, bagi remaja yang mempunyai pandangan sempit dapat menimbulkan fanatisme, sikap radikal dan keberanian tanpa perhitungan.

### **b. Keimanannya makin menuju realitas yang sebenarnya**

Kasih sayang tuhan adalah kasih sayang yang jauh lebih mendasar dan lebih luas daripada kasih sayang orangtua. Setiap kali si remaja mencoba menggambarkan tuhan dengan sifat-sifat Nya, setiap kali pula ia menyadari bahwa gambaran atau bayangan yang ada di dalam pikirannya bukanlah tuhan dan sifat tuhan yang sebenarnya. Apa yang dipikirkan dan diutarakan manusia tentang tuhan dan sifat-sifat Nya tidak pernah sempurna, karena penggambaran dan tanggapan manusia adalah berasal dari penginderaan, sedangkan tuhan tidak dapat ditangkap dengan panca indera.

### **c. Peribadatan mulai disertai penghayatan yang tulus**

Pada masa remaja dimulai pembentukan dan perkembangan suatu system moral pribadi sejalan dengan pertumbuhan pengalaman keagamaan yang individual. Melalui kesadaran beragama dan pengalaman ketuhanan, akhirnya remaja akan menemukan tuhannya, yang berarti menentukan kepribadiannya. Ia pun akan menemukan prinsip dan norma pegangan hidup, hati nurani, serta makna dan tujuan hidupnya. Kesadaran beragamanya menjadi otonom, subjektif dan mandiri, sehingga sikap dan tingkah

lakunya merupakan pencerminan keadaan dunia dalamnya, penampilan keimanan dan kepribadian yang mantap.

### **3. Pengalaman Beragama Pada Masa Dewasa**

Kesadaran beragama pada usia dewasa merupakan dasar dan arah dari kesiapan seseorang untuk mengadakan tanggapan, reaksi, pengolahan dan penyesuaian diri terhadap rangsangan yang datang dari luar. Semua tingkah laku dalam kehidupannya diwarnai oleh sistem kesadaran keagamaannya. Dengan kata lain, kesadaran beragama tersebut tidak hanya melandasi tingkah laku yang tampak, akan tetapi juga mewarnai sikap, pemikiran, iktikad, niat, kemauan serta tanggungjawab serta tanggapan-tanggapan terhadap nilai-nilai abstrak yang ideal, seperti: keadilan, pengorbanan, persatuan, kemerdekaan, perdamaian dan kebahagiaan.<sup>9</sup>

Motivasi beragama pada orang dewasa didasarkan pada penalaran yang logis, sehingga ia akan mempertimbangkan sepenuhnya menurut logika. Ekspresi beragama pada masa dewasa sudah menjadi hal yang tetap, istiqamah. Artinya, sudah tidak percaya ikut-ikutan lagi, tapi lebih berdasar pada kepuasan atau nikmat yang diperoleh dari pelaksanaan ajaran agama tersebut. Kondisi yang demikian akan memunculkan kematangan dalam beragama. Sebaliknya, bagi mereka yang tidak mempercayai agama, akan tetap kukuh pada sikapnya.

Sikap keberagamaan pada orang dewasa memiliki perspektif yang luas didasarkan atas nilai-nilai yang dipilihnya. Selain itu, sikap keberagamaan ini umumnya juga dilandasi oleh pengalaman, pengartian dan perluasan pemahaman tentang ajaran agama yang dianutnya. Beragama, bagi orang dewasa sudah merupakan sikap hidup dan bukan sekedar ikut-ikutan.

Sebagai akhir dari masa remaja adalah masa adolesen, mereka harus mengambil keputusan tentang agama dan keberagamaan yang dianut, apakah harus mengikuti agama orang tua, mencari suatu agama dan ideologi lain yang berbeda, menjauhi agama atau tidak beragama sama sekali agar terhindar dari konflik.

Pada tahap kedewasaan awal terlihat krisis psikologi yang dialami oleh karena adanya pertentangan antara kecenderungan untuk mengetatkan hubungan dengan

---

<sup>9</sup>Jaya Yahya. *Wawasan Profesional Konseling Spiritual Keagamaan dan Ke-Tuhanan Islam*. (Padang: Hafya Press, 2015), h. 158.

kecenderungan untuk mengisolasi diri. Terlihat kecenderungan untuk berbagi perasaan bertukar pikiran dan memecahkan berbagai problema kehidupan dengan orang lain. Mereka yang menginjak usia ini (sekitar 25-40 tahun) memiliki kecenderungan besar untuk berumah tangga, kehidupan sosial yang lebih luas serta memikirkan masalah-masalah agama yang sejalan dengan latar belakang kehidupannya.

Pada usia dewasa orang sudah memiliki tanggung jawab serta sudah menyadari makna hidup. Dengan kata lain, orang dewasa sudah memahami nilai-nilai yang dipilihnya dan berusaha untuk mempertahankan nilai-nilai yang dipilihnya. Orang dewasa sudah memiliki identitas yang jelas dan kepribadian yang mantap.

Kemantapan jiwa orang dewasa ini setidaknya memberikan gambaran tentang bagaimana sikap keberagamaan pada orang dewasa. Mereka sudah memiliki tanggung jawab terhadap sistem nilai yang dipilihnya, baik yang bersumber dari ajaran agama maupun yang bersumber dari norma-norma lain dalam kehidupan. Pemilihan nilai-nilai tersebut telah didasarkan atas pertimbangan pemikiran yang matang. Berdasarkan hal ini, maka sikap keberagamaan seorang di usia dewasa sulit untuk diubah. Jika pun terjadi perubahan mungkin proses itu terjadi setelah didasarkan atas pertimbangan yang matang. Dan sebaliknya, jika seorang dewasa memilih nilai yang bersumber dari nilai-nilai non-agama, itu pun akan dipertahankannya sebagai pandangan hidupnya.<sup>10</sup>

Dan jika nilai-nilai agama yang mereka pilih dijadikan pandangan hidup, maka sikap keberagamaan akan terlihat pula dalam pola kehidupan mereka. Sikap keberagamaan seorang dewasa cenderung didasarkan atas pemilihan terhadap ajaran agama yang dapat memberikan kepuasan batin atas dasar pertimbangan akal sehat.

Beragama, bagi orang dewasa sudah merupakan sikap hidup dan bukan sekedar ikut-ikutan. Sejalan dengan tingkat perkembangan usianya, maka sikap keberagamaan pada orang dewasa antara lain memiliki ciri sebagai berikut:<sup>11</sup>

1. Menerima kebenaran agama berdasarkan pertimbangan pemikiran yang matang, bukan sekedar ikut-ikutan.
2. Cenderung bersifat realis, sehingga norma-norma agama lebih banyak diaplikasikan dalam sikap dan tingkah laku.

---

<sup>10</sup> Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2009), h. 15.

<sup>11</sup> Abdul Mujib, Jusuf Mudzakir, *Nuansa-nuansa Psikologi Islam* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2002), h. 92.

3. Bersikap positif terhadap ajaran dan norma-norma agama, dan berusaha untuk mempelajari dan memperdalam pemahaman keagamaan.
4. Tingkat ketaatan beragama didasarkan atas pertimbangan dan tanggung jawab diri hingga sikap keberagamaan merupakan realisasi dari sikap hidup.
5. Bersikap lebih terbuka dan wawasan yang lebih luas.
6. Bersikap lebih kritis terhadap materi ajaran agama sehingga kemantapan beragama selain didasarkan atas pertimbangan pikiran, juga didasarkan atas pertimbangan hati nurani.
7. Sikap keberagamaan cenderung mengarah kepada tipe-tipe kepribadian masing-masing, sehingga terlihat adanya pengaruh kepribadian dalam menerima, memahami serta melaksanakan ajaran agama yang diyakininya.
8. Terlihat adanya hubungan antar sikap keberagamaan dengan kehidupan sosial, sehingga perhatian terhadap kepentingan organisasi sosial keagamaan sudah berkembang.

Berbicara tentang kematangan beragama akan terkait erat dengan kematangan usia manusia. Adapun mengenai perkembangan kepribadian seseorang, apabila telah sampai pada suatu tingkat kedewasaan, maka akan ditandai dengan kematangan jasmani dan rohani. Pada saat inilah seseorang sudah memiliki keyakinan dan pendirian yang tetap dan kuat terhadap pandangan hidup atau agama yang harus dipegangnya.

## **BAB III**

### **METODE DAN MANFAAT PSIKOLOGI AGAMA**

#### **A. Metode Penelitian Dalam Psikologi Agama**

Metode yang digunakan dalam penelitian-penelitian ilmu jiwa agama adalah metode ilmiah, yakni mempelajari fakta-fakta yang berada dalam lingkungannya, dengan cara yang obyektif dan bersifat empiris, yang berarti bahwa suatu kesimpulan diambil dari observasi terhadap data-data (fakta-fakta), bukan dari belakang meja saja. Memang untuk mengadakan eksperimen dalam ilmu jiwa agama agak sukar, bahkan hampir tidak mungkin.<sup>12</sup> Tapi ia dapat menggunakan observasi, yang juga termasuk salah satu metode ilmiah yang ampuh pula.

Sumber-sumber pokok untuk mengumpulkan data ilmiah guna penelitian ilmu jiwa agama, dapat diambil dari antara lain:

1. Dengan menanyakan pengalaman-pengalaman orang yang masih hidup (dengan jalan angket misalnya).
2. Apa yang kita capai dengan meneliti diri kita sendiri.
3. Dapat dikumpulkan bahan-bahan dari riwayat hidup yang ditulis sendiri oleh yang bersangkutan, atau yang ditulis oleh ahli-ahli agama.<sup>13</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dalam ilmu jiwa agama tidak berbeda dengan metode ilmiah yang dipakai oleh cabang-cabang ilmu jiwa. Eksperimen lainnya, yaitu yang digunakan oleh setiap riset ilmiah.

#### **B. Macam-macam Metode Psikologi Agama**

Sebagai disiplin ilmu yang otonom, maka psikologi agama juga memiliki metode penelitian ilmiah. Kajian dilakukan dengan mempelajari fakta-fakta berdasarkan data yang terkumpul dan dianalisis secara objektif. Karena agama menyangkut masalah yang berkaitan dengan kehidupan batin yang sangat mendalam, maka masalah agama sulit untuk diteliti secara seksama, terlepas dari pengaruh subjektivitas. Namun demikian, agar penelitian mengenai agama dapat dilakukan lebih netral, dalam arti tidak memihak

---

<sup>12</sup>Zakiah Dradjat, *Ilmu Jiwa Agama* (Jakarta: Bulan Bintang, 1986), h. 6.

<sup>13</sup>*Ibid.*, h. 7.



kepada suatu keyakinan atau menentanginya, masih diperlukan adanya sikap yang objektif. Makanya dalam penelitian psikologi agama perlu diperhatikan antara lain:

1. Memiliki kemampuan dalam meneliti kehidupan dan kesadaran batin manusia;
2. Memiliki keyakinan bahwa segala bentuk pengalaman dapat di buktikan secara empiris;
3. Dalam penelitian harus bersikap filosofis-spiritualisitis;
4. Tidak mencampuradukkan antara fakta dengan angan-angan atau perkiraan khayali;
5. Mengenal dengan baik masalah-masalah psikologi dan metodenya;
6. Memiliki konsep mengenai agama serta mengetahui metode-metodenya;
7. Menyadari tentang adanya perbedaan antara ilmu dan agama.

Apa yang dikemukakan di atas, diharapkan para peneliti dalam mengumpulkan, mengolah dan menganalisa data akan bersikap lebih objektif. Dengan demikian hasil yang diperoleh tidak akan menyimpang dari tujuan semula. Misalnya, karena seseorang peneliti menganut suatu keyakinan agama tertentu, maka dalam menafsirkan fakta yang ada ia memasukkan konsep-konsep yang sejalan dengan keyakinannya. Pengaruh keyakinan tadi paling tidak akan cenderung membawa kesimpulan yang bersifat subjektif. Dan akan lebih parah lagi kalau kesimpulan tersebut bersifat mencela terhadap sesuatu keyakinan agama. Padahal dalam meneliti, seorang peneliti harus memiliki sikap objektif yang baik.

Dalam meneliti psikologi agama digunakan sejumlah metode, antara lain dapat dikemukakan sebagai berikut:

### **1. Dokumen Pribadi (*Personal Document*)**

Metode ini digunakan untuk mempelajari tentang bagaimana pengalaman dan kehidupan batin seseorang dalam hubungannya dengan agama. Untuk memperoleh informasi mengenai hal dimaksud, maka cara yang ditempuh adalah mengumpulkan dokumen pribadi seseorang.<sup>14</sup> Hal ini didasarkan atas pertimbangan bahwa agama merupakan pengalaman batin yang bersifat individual di kala seseorang merasakan sesuatu yang ghaib, maka dokumen pribadi dinilai dapat memberikan informasi yang lengkap. Selain catatan dan tulisan, juga digunakan daftar pertanyaan kepada orang-orang yang akan diteliti. Jawaban yang diberikan secara bebas memberi kemungkinan

---

<sup>14</sup>Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 2002), h. 18-19.

bagi responden untuk menyampaikan kesan-kesan batin yang berhubungan dengan agama yang diyakininya. Ungkapan seperti itu banyak membantu penelitian yang dilakukan.

Dalam penerapannya metode dokumen pribadi ini dilakukan dengan berbagai cara atau teknik-teknik tertentu. Di antara yang banyak digunakan adalah:<sup>15</sup>

- a. *Teknik Nomothatic*, digunakan untuk menarik kesimpulan sejumlah dokumen yang diteliti. Pendekatan ini antara lain digunakan untuk mempelajari perbedaan-perbedaan individu. Sementara dalam psikologi agama, teknik nomotik ini antara lain untuk melihat sejauh mana hubungan sifat dasar manusia dengan sikap keagamaan.<sup>16</sup>
- b. Teknik Analisis Nilai (*Value Analysis*). Teknik ini digunakan dengan dukungan analisis statistik. Bagi yang terkumpul diklasifikasikan menurut teknik statistik dianalisis untuk dijadikan penilaian terhadap individu yang diteliti. Teknik statistik digunakan berdasarkan pertimbangan bahwa ada sejumlah pengalaman keagamaan terhadap individu yang dibahas.
- c. *Teknik Idiography Approach*. Teknik ini digunakan sebagai pelengkap dari teknik *nomothatic*. Hasil penelitian yang didasarkan pada teknik ini ada berupa kesimpulan yang diperoleh dari penafsiran yang bebas.
- d. Teknik Penilaian Terhadap Sikap (*Evaluation Attitudes Tehnique*). Teknik ini digunakan dalam penelitian terhadap biografi, tulisan, atau dokumen yang ada hubungannya dengan individu yang akan diteliti. Berdasarkan dokumen tersebut kemudian ditarik kesimpulan, bagaimana pendirian seseorang terhadap persoalan-persoalan yang dihadapinya dalam kaitan hubungannya dengan pengalaman dan kesadaran agama.

## 2. Angket

Metode angket digunakan untuk meneliti proses jiwa beragama pada orang yang masih hidup dengan menggunakan angket sebagai instrumen pengumpulan data. Metode ini misalnya, dapat digunakan untuk mengetahui presentase keyakinan orang pada

---

<sup>15</sup>*Ibid.*, h. 19-20.

<sup>16</sup>Masganti, *Psikologi Agama* (Medan: Perdana Publishing, 2012), h. 12.

umumnya tentang sikap beragama, ketekunan beragama, dan sebagainya. Metode ini dapat dilakukan dengan menggunakan teknik:<sup>17</sup>

a. Pengumpulan Pendapat Masyarakat (*Public Opinion Polls*)

Teknik ini merupakan gabungan antara kuesioner dan wawancara. Cara mendapatkan data adalah melalui pengumpulan pendapat khalayak ramai. Data tersebut selanjutnya dikelompokkan sesuai dengan klasifikasi yang sudah dibuat berdasarkan kepentingan penelitian.

b. Skala Penelitian (*Rating Scale*)

Teknik ini digunakan untuk memperoleh data tentang faktor-faktor yang menyebabkan perbedaan khas dalam diri seseorang berdasarkan pengaruh tempat dan kelompok. Dengan adanya penyebab yang khas ini peneliti dapat memahami latar belakang timbulnya perbedaan antara penganut suatu keyakinan agama.

### 3. Wawancara

Metode wawancara digunakan untuk mengumpulkan data dan informasi yang lebih banyak diperoleh secara langsung dari responden. Metode wawancara digunakan untuk meneliti proses jiwa beragama pada orang yang masih hidup melalui wawancara langsung atau wawancara tidak langsung. Metode ini misalnya, dapat digunakan untuk mengetahui kesadaran dan pengalaman beragama seseorang yang dianggap memiliki cirri khusus dalam keberagamaannya.<sup>18</sup> Metode ini dinilai memiliki beberapa kelebihan antara lain:

- a. Dapat memberi kemungkinan untuk memperoleh jawaban yang cepat dan segera.
- b. Hasilnya dapat dijadikan dokumen pribadi tentang seseorang, serta dapat dijadikan data *nomothatic*.

Selain pertimbangan tersebut, metode ini juga mempunyai kelemahan-kelemahan, seperti:

- a. Jawaban yang diberikan terikat oleh pertanyaan hingga responden tak dapat memberikan jawaban lebih bebas.
- b. Sulit untuk menyusun pertanyaan yang mengandung tingkat relevansi yang tinggi, karena itu diperlukan keterampilan yang khusus untuk itu.

---

<sup>17</sup>*Ibid*, h. 12.

<sup>18</sup>*Ibid*, h. 13.

- c. Kadang-kadang sering terjadi salah penafsiran terhadap pertanyaan yang kurang tepat, dan tidak semua sesuai untuk setiap orang.
- d. Untuk memperoleh jawaban yang tepat, dibutuhkan adanya jalinan kerjasama yang baik antara penanya dan responden. Dan kerjasama seperti itu memerlukan pendekatan yang baik dari si penanya.

### **3. Tes (*Test*)**

Tes digunakan dalam upaya untuk mempelajari tingkah laku keagamaan seseorang dalam kondisi tertentu. misalnya tentang pengetahuan agama, kerukunan antar umat beragama, konversi agama, dan lain-lain. Untuk memperoleh gambaran yang diinginkan, biasanya diperlukan bentuk tes yang sudah disusun secara sistematis.

### **4. Eksperimen**

Teknik eksperimen digunakan untuk mempelajari sikap dan tingkah laku keagamaan seseorang melalui perlakuan khusus yang sengaja dibuat. Misalnya eksperimen tentang pengaruh pendidikan shalat yang khusuk terhadap perilaku jujur remaja.

### **5. Observasi melalui pendekatan sosiologi dan anthropologi (*Sociological and anthropological observation*).**

Penelitian dilakukan dengan menggunakan data sosiologi, dengan mempelajari sifat-sifat manusiawi orang perorangan atau kelompok. Selain itu juga menjadikan unsur-unsur budaya yang bersifat materi (benda budaya) dan yang bersifat spiritual yang dinilai ada hubungannya dengan agama. Misalnya penelitian tentang pengalaman beragama masyarakat pantai atau masyarakat kota.<sup>19</sup>

### **6. Studi agama berdasarkan pendekatan anthropologi budaya**

Cara ini digunakan dengan membandingkan antara tindakan keagamaan (upacara, ritus) dengan menggunakan pendekatan psikologi. Melalui pengukuran statistik

---

<sup>19</sup>Nurussakinah Daulay, *Pengantar Psikologi dan Pandangan Al-Qur'an tentang Psikologi*, (Jakarta: Kencana, 2014), h. 125.

kemudian dibuat tolak ukur berdasarkan pendekatan psikologi yang dihubungkan dengan kebudayaan.

Berdasarkan pendekatan tersebut misalnya ditentukan kategori hubungan menjadi:

- a. Adanya persaudaraan antara sesama orang yang ber-Tuhan;
- b. Masalah ke-Tuhanan dan agama;
- c. Adanya kebenaran keyakinan yang terlibat dalam bentuk formalitas;
- d. Bentuk-bentuk praktek keagamaan.

### **7. Pendekatan terhadap Perkembangan (*Development Approach*)**

Teknik ini digunakan untuk meneliti mengenai asal-usul dan perkembangan aspek psikologi manusia dalam hubungannya dengan agama yang dianutnya. Cara yang digunakan antara lain melalui pengumpulan dokumen, catatan-catatan, riwayat hidup dan data anthropologi. Misalnya penelitian keagamaan pada usia lanjut.

### **8. Metode Klinis dan Proyektivitas (*Clinical Method and Projectivity Technique*)**

Dalam pelaksanaannya metode ini memanfaatkan cara kerja klinis. Penyembuhan dilakukan dengan cara menyelaraskan hubungan, antara jiwa dengan agama. Usaha penyembuhan dititikberatkan pada kepentingan manusia (penderita), kemudian untuk kepentingan penelitian digunakan teknik proyektivitas melalui riset dan pengumpulan data tertulis mengenai penderita, sebagai bahan diagnose. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, pengamatan terhadap penderita. Misalnya menggunakan agama sebagai terapi bagi orang-orang mengalami tekanan jiwa atau orang-orang yang mengalami neurosis.

### **9. Metode Umum Proyektivitas**

Langkah metode penelitian ini dilakukan dengan cara menyederhanakan sejumlah masalah yang mengandung makna tertentu. Selanjutnya peneliti memperhatikan reaksi yang muncul dari responden. Dengan membiarkan reaksi secara tak sengaja itu, maka pernyataan yang muncul dari reaksi tadi dijadikan dasar penafsiran terhadap gejala yang diteliti. Reaksi merupakan kunci pembuka rahasia.

## **10. Apersepsi-Nomotatik (*Nomothatic Apperception*)**

Caranya dengan menggunakan gambar-gambar yang samar. Melalui gambar-gambar yang diberikan diharapkan mereka yang diteliti dapat mengenal dirinya. Selain dari gambar, khusus untuk anak-anak biasanya diberikan boneka untuk membantu ia mengenal anggota keluarganya. Pemberian gambar atau boneka diharapkan akan membantu orang untuk mencoba membentuk ide baru yang dapat digunakan sebagai bahan informasi bagi penelitian.

### **1. Studi Kasus (*Case Study*)**

Studi kasus dilakukan dengan cara mengumpulkan dokumen, catatan, hasil wawancara atau lainnya untuk kasus-kasus tertentu. Jadi studi kasus merupakan cara pengumpulan data melalui berbagai teknik. Metode ini dapat digunakan sebagai bahan penyembuhan, menanamkan pengertian, menggambarkan masalah yang ada hubungannya dengan psikologi, hingga dapat menghasilkan kesimpulan dan penggolongan mengenai kasus-kasus tertentu. Misalnya kasus konversi agama di kabupaten Karo.<sup>20</sup>

### **2. Survei**

Survei biasanya digunakan dalam penelitian sosial. Metode ini dapat digunakan untuk tujuan penggolongan manusia dalam hubungannya dengan pembentukan organisasi dalam masyarakat. Karena survei ini dilakukan dengan menggunakan berbagai metode, termasuk studi kasus, maksimal hasil yang diperoleh biasanya lebih baik dan dapat menggambarkan hasil pengamatan secara teliti. Misalnya, penelitian tentang konsep Tuhan menurut remaja di Sumatera Utara.

Penggunaan metode-metode dalam penelitian psikologi agama sebenarnya dapat dilakukan dengan beragam, tergantung kepada kepentingan dan jenis data yang akan dikumpulkan. Ada kalanya seseorang lebih memilih dokumen pribadi untuk meneliti pengalaman agama. Demikian pula ada yang selain menggunakan dokumen pribadi, baik berupa riwayat hidup, buku harian, catatan, pernyataan, juga digunakan angket dan wawancara sebagai pelengkap. Dengan banyaknya metode yang mungkin digunakan, terlihat bahwa metode yang dipakai dalam penelitian psikologi agama tidak berbeda

---

<sup>20</sup>*Ibid.*, Masganti, h. 14.

dengan metode yang dipakai dalam penelitian ilmiah dalam cabang disiplin ilmu pengetahuan lain, terutama ilmu sosial.

### **Tujuan Metode Psikologi Agama**

Metode-metode dalam penelitian psikologi agama dengan berbagai teknik-teknik seperti dikemukakan di atas, memiliki berbagai tujuan, adapun tujuan dari metode psikologi tersebut, yaitu:

1. Untuk mengetahui latar belakang keyakinan agama seseorang;
2. Untuk mengetahui bentuk hubungan manusia dengan Tuhan-nya;
3. Serta untuk mengetahui dampak dari perubahan-perubahan yang terjadi.

Selain dari tujuan tersebut, dalam kaitannya dengan penelitian psikologi agama juga dapat digunakan untuk tujuan-tujuan lain, misalnya:

1. Untuk kepentingan pembahasan mengenai hubungan antara penyakit mental dengan keyakinan beragama;
2. Untuk dijadikan bahan guna membentuk kerjasama antara ahli psikologi dengan ahli agama;
3. Juga untuk kepentingan meneliti dan mempelajari kejiwaan para tokoh agama, termasuk para pembawa ajaran agama itu sendiri seperti para Nabi.

### **B. MANFAAT DAN KEGUNAAN MEMPELAJARI PSIKOLOGI AGAMA**

Pada umumnya, setiap ilmu pengetahuan yang dipelajari oleh manusia memiliki manfaat baik bagi individu maupun bersama atau bagi masyarakat luas, terutama bagi orang-orang yang mengamalkannya. Sama halnya dengan Psikologi Agama, akan memberikan banyak manfaat bagi orang-orang yang mempelajari dan mengamalkannya. Dengan kajian-kajian psikologi terhadap kehidupan manusia dalam menjalankan agamanya, diharapkan psikologi agama dapat digunakan untuk internalisasi dan pemantapan serta pengalaman ajaran suatu agama.

Hasil kajian psikologi agama dapat dimanfaatkan dalam berbagai bidang sosial, ekonomi, pendidikan dan lain-lain. Namun secara spesifik ada tiga manfaat dalam mengkaji psikologi agama yaitu:

1. Manfaat secara teoritis, yaitu mengkaji tentang perilaku-perilaku jiwa keagamaan, mengkomodasi dan mengembangkan pemikiran-pemikiran perilaku agama.

2. Manfaat secara praktis, yaitu dapat memahami perilaku-perilaku keagamaan yang didukung oleh motif-motif tertentu, sehingga kita dapat membimbing orang yang berperilaku keagamaan tersebut.
3. Manfaat secara normatif, yaitu dapat melihat perilaku keagamaan secara proposisional, yang mendorong masyarakat dapat hidup saling menghormati antar penduduk agama sehingga tercipta kerukunan antar umat beragama dan antar umat seagama.

Selain itu, manfaat lain yang dapat diambil dalam melakukan pengkajian psikologi agama bagi para tokoh masyarakat, mubaligh, dan juru dakwah maupun guru agama adalah:

1. Dapat mengetahui bahwa berbagai perilaku keagamaan tidak semuanya didasarkan pada keyakinan kepada Tuhan Yang Maha Esa, tetapi juga didorong oleh motif pada diri masing-masing individu.
2. Motif seorang bisa berbeda, dimana motif yang sama namun perilaku keagamaannya berbeda atau dengan perilaku keagamaan yang sama tetapi berbeda dalam motifnya.
3. Mampu memahami bahwa perubahan perilaku keagamaan seseorang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal.
4. Mampu membimbing perilaku keagamaan seseorang secara efektif dan efisien.

Menurut Ramadan, ada beberapa kegunaan dan manfaat dalam mempelajari psikologi agama secara khusus, di antaranya, yaitu:<sup>21</sup>

1. Bagi pendidik, dapat mengetahui seberapa besar pengaruh agama terhadap peserta didik. Seberapa banyak pengetahuan agama yang dipelajari dan diamalkan oleh peserta didik. Serta untuk mengetahui apa-apa yang menjadi penyebab peserta didik tidak taat dalam beragama dan bahkan melecehkan agama.
2. Bagi peserta didik, dapat mengetahui fungsi agama yang dianut dan diyakini kebenarannya sebagai tuntutan dalam mengarungi kehidupan di dunia dan akhirat.
3. Bagi individu yang beragama, mengetahui faktor-faktor yang mendorong seseorang untuk beragama dan taat dalam menjalankan ajaran agamanya, dan faktor-faktor yang menjadi penghalang dalam beragama, bahkan berpindah agama.

---

<sup>21</sup>Ramadan Lubis, *Psikologi Agama dalam Bingkai Pembentukan Kepribadian Seorang Islam*, (Medan: Perdana Publishing, 2019), h.12.



4. Bagi manusia pada umumnya, mengetahui fungsi dan kegunaan agama dalam kehidupan individu, keluarga bertetangga, bermasyarakat dan lain-lain.

Psikologi telah dipakai di berbagai sektor dalam kehidupan manusia, seperti dalam bidang pendidikan, kesehatan, industri dan sebagainya. Dalam sektor industri, salah satu manfaat adanya psikologi agama adalah dengan adanya ceramah agama pada perusahaan dapat mengingatkan para pegawai atau buruh akan kewajibannya, dan tidak melakukan hal-hal yang dilarang oleh agama.

Psikologi agama juga memiliki manfaat sebagai pembangkit perasaan dan kesadaran beragama serta pembinaan moral dan mental keagamaan seseorang. Berikut ini adalah beberapa manfaat psikologi agama, yaitu:<sup>22</sup>

1. Menanamkan cara berpikir positif

Berpikir positif adalah berpikir yang mengarah pada hal-hal yang bersifat baik, baik itu terhadap diri sendiri, orang lain, maupun terhadap suatu keadaan yang dihadapi. Orang yang berpikir positif akan selalu melihat suatu keadaan atau suatu masalah dengan cara yang positif sehingga tidak mudah terpengaruh dengan masalah atau hambatan tersebut.

2. Menanamkan kecerdasan kreatif

Menurut Triantoro Safarian, kreativitas adalah kemampuan pikiran yang bersifat fleksibel dan bervariasi. Secara garis besar, kreativitas dapat dilihat dari empat dimensi yaitu *process*, *person*, *press*, dan *product*. Asumsi seseorang terhadap produk kreatif apabila produk tersebut dinilai inovatif, aktual, dan berbeda dari yang lain.

Seperti kita ketahui bahwa agama mendukung segala usaha manusia, baik *ukhrawi* maupun duniawi. Selama usaha-usaha tersebut tidak bertentangan dengan ajaran-ajaran atau norma agama, bahkan akan menjadi ibadah jika dilakukan dengan niat yang baik dan ikhlas.

3. Menanamkan kecerdasan emosional

Kecerdasan emosional terdiri dari potensi-potensi positif pribadi manusia seperti, empati, memahami perasaan, mengendalikan amarah, mampu mengendalikan diri, memecahkan masalah, dan sebagainya.

---

<sup>22</sup>*Ibid.*, h.13-14.

#### 4. Membangun kecerdasan spiritual

Kecerdasan spiritual sebenarnya dilihat dari bentuk praktek dan aplikasi keagamaan, bukan hanya pada pemahaman agama saja. Kecerdasan spiritual dilihat dari pengaplikasian agama seseorang dalam kehidupannya sehari-hari.

Jika dilihat dari sudut kesehatan mental, Nizar menuliskan bahwasanya kajian psikologi agama sangat bermanfaat dalam tiga bentuk kesehatan mental, yaitu:<sup>23</sup>

##### 1. Pencegahan

Untuk pencegahan, ajaran agama tentang tawakkal, dan sebagainya, dapat menghindari gangguan mental dalam bentuk stress dan sejenisnya.

##### 2. Pengobatan

Kesediaan dalam mengamalkan ajaran agama dapat menjadi terapi pengobatan mental bagi seseorang. Disamping itu, doa juga dapat membantu pemeliharaan kesehatan mental, dimana manusia dapat mengadukan segala permasalahan yang dihadapinya kepada Sang Pencipta dengan berdoa.

##### 3. Pemeliharaan serta Peningkatan

Dalam hal ini, doa dapat berfungsi melepaskan hal-hal yang mengganggu pikiran seseorang. Dengan begitu, seseorang tersebut dapat terus memelihara kesehatan mental dan meningkatkan kualitas ibadahnya.

---

<sup>23</sup>Hayati Nizar, *Psikologi Agama*, (Padang: IAIN Imam Bonjol Press, 2003), h. 7-9.

## **BAB IV**

### **JIWA AGAMA**

#### **A. PENGERTIAN, RUANG LINGKUP, DAN KEGUNAAN JIWA AGAMA**

##### **1. Pengertian Jiwa Agama**

Lahirnya ilmu jiwa agama sebagai salah satu cabang ilmu jiwa menjadi perdebatan. Masih banyak ahli –ahli ilmu jiwa yang kurang sepakat disiplin ilmu ini menjadi cabang ilmu jiwa yang berdiri sendiri dengan objek penelitiannya masalah agama. Ketidak sepakatan ini berasal dari sebagian mereka merasa tidak perlu agama diteliti dan dipelajari secara psikologis, karena menurut mereka metode ilmiah empiris tidak dapat digunakan terhadap agama. Penolakan ini juga datang dari ahli-ahli agama yang fanatik yang takut akan berkurang nilai-nilai sacral agama, bila agama diteliti secara ilmiah.

Zakiah Daradjat memberikan definisi adalah: "Jiwa agama merupakan sesuatu yang dirasakan dengan hati, pikiran dan dilaksanakan dalam tindakan serta memantulkan dalam sikap dan cara menghadapi hidup pada umumnya."<sup>24</sup> Selanjutnya beliau mendefinisikan ilmu jiwa agama adalah: meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah orang atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang, karena cara berfikir seseorang, bersikap, bereaksi dan bertindak laku, tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinannya itu masuk dalam konstruksi kepribadiannya", atau dengan kata lain yang diteliti adalah proses kejiwaan terhadap agama dan pengaruhnya dalam hidup pada umumnya<sup>25</sup>

##### **2. Ruang Lingkup Jiwa Agama**

Ruang lingkup ilmu jiwa terdapat dua macam, yaitu sebagai berikut:

###### **a. Kesadaran Beragama (*Religious Consciousness*)**

Kesadaran beragama adalah aspek mental dan aktivitas agama. Bagian ini merupakan segi yang hadir dalam pikiran dapat diuji dengan introspeksi. Contohnya proses beragama, pelaksanaan ibadah-ibadah agama atau pelaksanaan ajaran agama lainnya yang diimani seseorang. Bahkan juga persoalan pengingkaran seseorang terhadap

---

<sup>24</sup> Zakiah Daradjat, *Ilmu Jiwa Agama*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1970), h. 4.

<sup>25</sup> Masganti Sitorus, *Psikologi Agama*, h, 7.

ajaran agamanya, atau penyebab mengapa sam sekali seseorang tidak mau peduli dengan agama.

### **b. Pengalaman Beragama (*Religious Experience*)**

Pengalaman beragama adalah unsur perasaan dalam kesadaran beragama, yaitu perasaan yang dihasilkan oleh pelaksanaan atau tindakan ajaran-ajaran agama. Contohnya, perasaan yang timbul setelah seseorang sembahyang, berdo'a atau berzikir dan lain sebagainya. Juga masalah perpindahan sikap beragama dari tidak taat menjadi taat atau sebaliknya. Kisah menarik tentang pengalaman beragama ini banyak kita temui dalam sejarah tokoh-tokoh agama dalam sejarah Islam kita kenal kisah Umar bin Khattab, Khalid bin Walid dan lain-lain. William James dalam bukunya "*The Varieties of Religious Experience*" mengemukakan pengalaman –pengalaman keagamaan yang menarik.

Kedua objek penelitian ini yang dapat diteliti yang kemudian dilihat pengaruhnya dalam tingkah laku dan cara hidup. Persoalan transenden agama-agama seperti masalah benar tidaknya keyakinan satu agama, kitab sucinya, ajaran pahala dan dosa dan lain-lain sejenisnya bukanlah bidaang kajian ilmu jiwa agama.<sup>26</sup>

## **2. Kegunaan Mempelajari Ilmu Jiwa Agama**

Seperti ilmu jiwa lainnya, ilmu jiwa agama bukanlah sekedar ilmu pengetahuan yang bersifat teoritis melainkan juga praktis bagi kehidupan sehari-hari. Ilmu jiwa agama yakin bahwa beragama erat kaitannya dengan kondisi psikologis seseorang. Kehidupan beragama berkembang menurut rentang usia seseorang. Walaupun tidak selamanya perkembangan itu bermakna positif. Ilmu jiwa agama juga memberikan penjelasan bagaimana memahami dan mengatasi problema keagamaan pada manusia berdasarkan tingkat perkembangan jiwanya.

Bila kita perhatikan kegunaan mempelajari ilmu jiwa agama dapat dikelompokkan menjadi dua bagian, yaitu:

a. Untuk pengembangan ilmu jiwa agama sebagai sebuah disiplin ilmu.

---

<sup>26</sup> Masganti, *Psikologi*, h. 10.

- b. Secara praktis dapat dipergunakan dalam kehidupan sehari-hari yang mempelajarinya menurut kebutuhan atau kedudukannya masing-masing. Contohnya bagi diri sendiri dapat digunakan menjadi alat introspeksi diri, bagi guru dapat memahami perkembangan jiwa beragama anak didiknya, bagi orangtua dapat memahami perkembangan jiwa beragama anak-anaknya serta dapat mengarahkannya dengan lebih baik, juga bagi profesi-profesi lain yang mensyaratkan pemahaman kondisi jiwa beragama orang lain.

## **B. TEORI TENTANG SUMBER KEJIWAAN AGAMA**

Hampir seluruh ahli ilmu jiwa sependapat, bahwa sesungguhnya apa yang menjadi keinginan dan kebutuhan manusia itu bukan hanya terbatas pada kebutuhan makan, minum, pakaian ataupun kenikmatan-kenikmatan lainnya. Berdasarkan hasil riset dan observasi mereka mengambil kesimpulan bahwa pada diri manusia terdapat semacam keinginan dan kebutuhan yang bersifat universal. Kebutuhan ini melebihi kebutuhan-kebutuhan lainnya, bahkan mengatasi kebutuhan akan kekuasaan. Keinginan akan kebutuhan tersebut merupakan kebutuhan kodrati, berupa keinginan untuk mencita dan dicintai Tuhan.

Berdasarkan kesimpulan diatas manusia ingin mengabdikan dirinya kepada Tuhan atau sesuatu yang dianggapnya sebagai zat yang mempunyai kekuasaan tertinggi. Keinginan itu terdapat pada setiap kelompok, golongan atau masyarakat manusia dari yang paling primitive hingga yang paling modern.

Pernyataan yang timbul adalah: *“apakah yang menjadi sumber pokok yang mendasarkan timbulnya keinginan untuk mengabdikan diri kepada Tuhan itu?”* Atau dengan kata lain *“Apakah yang menjadi sumber kejiwaan agama itu?”*<sup>27</sup>

Untuk memberikan jawab itu telah timbul beberapa teori antara lain :

### **1. Teori Monistik: (Mono=Satu)**

Teori monistik berpendapat, bahwa yang menjadi sumber kejiwaan agama itu adalah satu sumber kejiwaan.<sup>28</sup> Selanjutnya sumber tunggal manakah yang dimaksud

---

<sup>27</sup> Prof. Dr. H. Jalaluddin, *Psikologi Agama “Memahami Perilaku dengan Mengaplikasikan Prinsip-Prinsip Psikologi*, (Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2015), h, 47.

<sup>28</sup> Bambang Samsul Arifin, *Psikologi Agama*, (Bandung: CV. Pustaka Setia, 2015), h, 37.

yang paling dominan sebagai sumber kejiwaan itu timbul beberapa pendapat, yaitu yang dikemukakan oleh:

**a. Thomas Van Aquino**

Sesuai dengan masanya Thomas Aquino mengemukakan, bahwa yang menjadi sumber kejiwaan agama itu, ialah berpikir. Manusia ber Tuhan karena manusia menggunakan kemampuan berpikirnya. Kehidupan beragama merupakan refleksi dari kehidupan berpikir manusia itu sendiri. Pandangan semacam ini masih tetap mendapat tempatnya hingga sekarang di mana para ahli mendewakan rasio sebagai satu-satunya motif yang menjadi sumber agama.<sup>29</sup>

**b. Fredrick Hegel**

Hampir sama dengan pendapat yang dikemukakan oleh Thomas Van Aquino, maka filosof Jerman ini berpendapat agama adalah suatu pengetahuan yang sungguh-sungguh benar dan tempat kebenaran abadi.<sup>30</sup>

**c. Teori Fakulti (Faculty Theory)**

Teori ini berpendapat bahwa tingkah laku manusia tidak bersumber pada suatu faktor yang tunggal tetapi terdiri atas beberapa unsure, antara lain yang dianggap memegang peranan penting adalah : fungsi cipta (*reason*), rasa (*emotion*) dan karsa (*will*).

Demikian pula perbuatan manusia yang bersifat keagamaan dipengaruhi dan ditentukan oleh tiga fungsi tersebut :

- a. Cipta (*reason*) berperan untuk menentukan benar atau tidaknya ajaran suatu agama berdasarkan pertimbangan intelek seseorang.
- b. Rasa (*emotion*) menimbulkan sikap batin yang seimbang dan positif dalam menghayati kebenaran ajaran agama.
- c. Karsa (*will*) menimbulkan amalan-amalan atau doktrin keagamaan yang benar dan logis.

Salah satu tokoh yang menggunakan teori ini adalah Zakiah Daradjat yang berpendapat bahwa pada diri manusia itu terdapat kebutuhan pokok. Beliau

---

<sup>29</sup> Bambang, *Psikologi*, h, 38.

<sup>30</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h, 48.

mengemukakan, bahwa selain dari kebutuhan jasmani dan kebutuhan rohani manusia pun mempunyai suatu kebutuhan akan adanya kebutuhan akan keseimbangan dalam kehidupan jiwanya agar tidak mengalami tekanan. Unsur-unsur kebutuhan yang dikemukakan yaitu:

- a. Kebutuhan akan rasa kasih sayang; kebutuhan yang menyebabkan manusia mendambakan rasa kasiha. Sebagai pernyataan tersebut dalam bentuk negatifnya dapat kita lihat dalam kehidupan sehari-hari, misalnya: mengeluh, mengadu, menjilat kepada atasan mengambinghitamkan orang dan lain sebagainya.

Akibat dari tidak terpenuhinya kebutuhan ini maka akan timbul gejala psiko-somatis misalnya, hilang nafsu makan, pesimis, keras kepala, kurang tidur dan lain-lain.

- b. Kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan yang mendorong manusia mengharapkan adanya perlindungan. Kehilangan rasa aman ini akan mengakibatkan manusia sering curiga, nakal, mengganggu, membela diri, mengguakan jimat-jimat dan lain-lain. Kenyataan dalam kehidupan ialah adanya kecenderungan manusia mencari perlindungan dari kemungkinan gangguan terhadap dirinya, misalnya: system perdukunan, pertapaan dan lain-lain.
- c. Kebutuhan akan rasa harga diri, kebutuhan yang bersifat individual yang mendorong manusia agar dirinya dihormati dan diakui oleh orang lain. Dalam kenyataan terlihat misalnya; sikap sombong, ngambek, sifat sok tahu dan lain-lain. Kehilangan rasa harga diri ini akan mengakibatkan tekanan batin, misalnya sakit jiwa: delusi dan illusi.
- d. Kebutuhan akan rasa bebas, yaitu kebutuhan yang menyebabkan seseorang bertindak secara bebas, untuk mencapai kondisi dan situasi rasa lega.
- e. Kebutuhan akan rasa sukses, yaitu kebutuhan manusia yang menyebabkan ia mendambakan rasa keinginan untuk dibina dalam bentuk penghargaan terhadap hasil karyanya. Jika kebutuhan akan rasa sukses ini ditekan, maka seseorang yang mengalami hal tersebut akan kehilangan harga dirinya.
- f. Kebutuhan akan rasa ingin tahu (mengenal), yaitu kebutuhan yang menyebabkan manusia selalu meneliti dan menyelidiki sesuatu. Jika kebutuhan ini diabaikan akan mengakibatkan tekanan batin, oleh karena itu kebutuhan ini harus disalurkan untuk memenuhi pemuasan pembinaan pribadinya.

Menurut Dr. Zakiah Darajat selanjutnya gabungan dari keenam macam kebutuhan tersebut menyebabkan orang memerlukan agama. Melalui agama kebutuhan-kebutuhan tersebut dapat disalurkan. Dengan melaksanakan ajaran agama secara baik maka kebutuhan akan rasa kasih sayang, rasa aman, rasa harga diri, rasa bebas, rasa sukses dan rasa ingin tahu akan terpenuhi.

### **C. Jiwa Keagamaan pada Anak-Anak, Remaja, Dewasa dan Usia Lanjut**

Jiwa keagamaan setiap individu dimulai dari beberapa fase, diantara pada fase anak-anak, remaja, serta dewasa dan usia lanjut.

#### **1. Jiwa Keagamaan Anak-Anak**

##### **a. Perkembangan Jiwa Anak**

Masa anak-anak dimulai dari masa bayi sampai usia 14 tahun, pada anak-anak perempuan masa anak-anak dilewati dari masa sampai 13 tahun dan bagi anak-anak laki-laki dari masa bayi sampai 14 tahun. Secara umum tahap perkembangan terdiri dari dua bagian yaitu masa awal anak-anak (masa usia dini) dan masa anak-anak akhir (masa sekolah).

Beberapa ahli telah membahas tahap perkembangan pada masa anak-anak. Menurut Khonstamm, tahap perkembangan kehidupan anak terdiri dari tiga periode yaitu:

- 1) Umur 0 – 3 tahun, periode menyusui
- 2) Umur 3 – 6 tahun, periode masa mencoba dan masa bermain
- 3) Umur 6 – 12 tahun, periode intelektual (masa sekolah)

Aristoteles merumuskan perkembangan jiwa anak dengan tiga fase perkembangan yaitu:

- 1) Fase I, pada usia 0 – 7 tahun yang disebut masa anak kecil dan kegiatan pada fase ini hanya bermain
- 2) Fase II, pada usia 7 – 14 tahun yang disebut masa anak atau masa sekolah dimana kegiatan anak mulai belajar disekolah dasar
- 3) Fase III, pada usia 14 – 21 tahun disebut dengan masa remaja atau pubertas, masa ini adalah masa peralihan dari anak menjadi dewasa.



Cowald Kroh berpendapat perkembangan jiwa anak berjalan secara evolutif. Pada proses tersebut pada waktu-waktu tertentu mengalami kegoncangan (aktivitas revolusi). Kegoncangan ini oleh Kroh disebut “Trotz Periode”, sebagai berikut:

- 1) Dari lahir hingga trotz periode I disebut sebagai masa anak awal (0 – 3/4 tahun)
- 2) Dari trotz periode I hingga trotz periode II disebut masa keserasian bersekolah (3/4 – 12/13 tahun).<sup>31</sup>

#### **b. Teori Pertumbuhan Agama Pada Anak**

Sebelum membahas tentang perkembangan jiwa beragama pada anak-anak maka baiknya ditelaah terlebih dahulu teori tentang pertumbuhan jiwa beragama pada anak. Ada dua teori besar yang menjelaskan pertumbuhan jiwa beragama pada anak-anak yaitu:

- 1) Teori Rasa Ketergantungan (*sense of depends*)

Teori yang dikemukakan oleh Thomas ini menyatakan bahwa ada empat kebutuhan pokok manusia, sehingga teori ini disebut juga dengan teori 4 kebutuhan (*four wishes*), yaitu:

- a) Keinginan untuk perlindungan (*security wish*)
- b) Keinginan untuk mendapatkan pengalaman baru (*new experience wish*)
- c) Keinginan untuk mendapatkan tanggapan (*response wish*), dan
- d) Keinginan untuk dikenal (*recognition wish*)

Dari keinginan-keinginan ini berkembang kebutuhan dan ketergantungan manusia terhadap manusia, dan manusia terhadap tuhan. Pada awalnya anak-anak menganggap orang tuanya dapat menjadi penjaga, pelindung dan penyedia sebuah kebutuhannya. Namun pada akhirnya anak-anak mengetahui bahwa orang tua mereka memiliki keterbatasan dan memerlukan perlindungan dari zat yang lebih kuat dari dirinya, bahkan dari

---

<sup>31</sup> Masganti Sitorus, *Psikologi Agama*, (Medan: Perdana Publishing), h, 47.

seluruh manusia yaitu Tuhan. Berdasarkan proses sosialisasi inilah menurut Thomas muncul rasa keagamaan pada anak.<sup>32</sup>

## 2) Teori Instink Keagamaan

Menurut Woodworth, bayi yang baru dilahirkan sudah memiliki instink keagamaan, sebagai salah satu dari beberapa instink yang dibawa anak sejak lahir, instink keagamaan anak ini belum terlihat pada diri anak karena fungsi kejiwaan yang menopang berfungsinya instink keagamaan tersebut belum sempurna.

### c. Tahap Perkembangan Jiwa Beragama Pada Anak

Ernest Harm dalam bukunya *The Development of Religious on Children* sebagaimana yang dikutip oleh Jalaluddin mengatakan perkembangan agama pada anak-anak mengalami tiga tingkatan sebagai berikut:

#### 1) *The Fairly Tele Stage* (Tingkat Dongeng)

Pada tahap ini anak yang berumur 3 – 6 tahun, konsep mengenai tuhan banyak dipengaruhi oleh fantasi dan emosi, sehingga dalam menanggapi agama anak masih menggunakan konsep fantasi yang diliputi oleh dongeng-dongeng yang kurang masuk akal.

#### 2) *The Realistic Stage* (Tingkat Kepercayaan)

Pada tingkat ini pemikiran anak tentang tuhan sebagai bapak beralih pada tuhan sebagai pencipta. Hubungan dengan tuhan yang pada awalnya terbatas pada emosi berubah pada hubungan dengan menggunakan pikiran atau logika.

#### 3) *The Individual Stage* (Tingkat Individual)

Pada tingkat ini anak telah memiliki kepekaan emosi yang tinggi, sejalan dengan perkembangan usia mereka.<sup>33</sup>

### d. Perkembangan Jiwa Beragama Pada Anak-Anak Dan Usaha Membinanya

---

<sup>32</sup> Masganti, *Psikologi*, h, 51-52.

<sup>33</sup> Masganti, *Psikologi*, h, 53-54.

Minat anak-anak sangat dipengaruhi oleh kondisi jiwa anak-anak yang suka meniru, menjelajah dan ingin tahu, ingin mencoba dan lain sejenisnya. Pada awalnya anak-anak acuh tak acuh mendengar tentang Tuhan, tetapi setelah melihat betapa kagumnya orang kepada tuhan, mulai anak merasa gelisah dan ragu terhadap kekuasaan tuhan yang didengarnya diyakini orang-orang disekitarnya. Pada saat itu anak-anak mulai suka menanyakan tentang zat, tempat dan perbuatan tuhan.

Mulai umur 3 dan 4 tahun anak-anak sering mengemukakan pertanyaan yang ada hubungannya dengan agama, misalnya: "*Siapa Tuhan, di mana surga, bagaimana cara pergi kesana*". Cara mereka memandang alam dan Tuhan masih terikat dengan cara mereka memandang dirinya sendiri. Belum ada pengertian metafisik. Kepercayaan anak sangat tergantung kepada apa yang didengarnya dari orang tuanya, gurunya dan orang-orang di sekitarnya. Boleh jadi kepercayaan anak kepada Tuhan kontradiktif misalnya ia percaya Tuhan ini masih pengasih dan penyayang tetapi ia juga percaya bahwa Tuhan itu kejam karena membakar orang-orang yang berdosa.

Konsep anak mengenai agama bersifat realistik, dalam arti anak menafsirkan apa yang dilihatnya sesuai dengan apa yang diketahuinya. Menurut Waterink anak usia 6 tahun belum punya rasa berdosa terhadap apa yang dilakukannya, hanya karena lingkungan mengatakan Tuhan tidak suka kepada kesalahan yang ia lakukan maka anak menjadi takut kepada Tuhan. Akan tetapi pada usia 7 tahun keatas perasaan anak terhadap tuhan telah berganti menjadi cinta dan hormat dan hubungannya dengan Tuhan telah didasari rasa percaya da rasa aman.<sup>34</sup>

## **2. Jiwa Keagamaan pada Remaja**

### **a. Pengertian Jiwa Keagamaan pada Remaja**

Remaja disebut juga "*Adolescence*" yang berasal dari bahasa latin "*Adolescere*" Kata bendanya *adolescentia* yang berarti remaja atau yang berarti

---

<sup>34</sup> Masganti, *Psikologi*, h, 56-62.

tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Bangsa primitif cenderung memandang masa remaja tidak berbeda dengan masa dewasa.

Masa remaja secara umum dibagi dua yaitu yaitu masa remaja awal dimulai usia 12/13 tahun -16/17 tahun dan masa remaja akhir 16/17 tahun -18 tahun. Masa remaja selalu disebut periode yang penting dalam perkembangan fisik dan psikhis. Bagi sebagian besar anak muda usia antara 12 dan 16 tahun kehidupan yang penuh kejadian sepanjang menyangkut pertumbuhan dan perkembangan. Perkembangan berlangsung secara cepat dan lingkungan yang lebih baik semakin lebih menentukan.

Masa remaja selalu disebut periode peralihan perubahan yang mencakup perubahan emosi, minat dan peran serta pola fikir perilaku masa ini disebut juga masa bermasalah, mencari identitas, menimbulkan ketakutan dan masa yang tidak realistik. Masa remaja awal selalu ditandai dengan ciri-ciri khas seperti tidak kestabilan perasaan dan emosi, perbenturan sikap dan moral dengan orangtua dan orang lain, perkembangan kecerdasan, kebingungan terhadap status, pertentangan sosial dan memecahkan masalah yang dihadapi.<sup>35</sup>

Masa remaja akhir ditandai dengan ciri-ciri khas seperti stabilitas perasaan, emosi, perasaan yang telah meningkat karena kestabilan dalam aspek-aspek fisik dan psikhis telah mulai sempurna dan pada masa remaja ini lebih dapat menyesuaikan diri dan emosinya lebih tenang.

## **b. Pola Perubahan Minat Agama Pada Remaja**

Pola perubahan minat keagamaan pada remaja menurut Hurlock dapat dikelompokkan menjadi tiga kategori:

### **1) Periode Kesadaran religius**

Saat remaja mempersiapkan diri untuk menjadi anggota- anggota kelompok/ jemaah agama yang dianut orang tuanya, minat religius meninggi. Sebagai akibatnya ia mungkin akan berusaha mendalami ajaran agamanya, tetapi mungkin disaat ia mempelajarinya ia menemukan hal-hal

---

<sup>35</sup> Sururin, *Ilmu Jiwa Agama*. (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada), h, 52.

yang tidak sesuai dengan logikanya. Pada saat ini mungkin remaja membandingkan keyakinannya dengan keyakinan teman-temannya.

## **2) Periode Keraguan Religius**

Berdasarkan penelitian secara kritis terhadap keyakinan masa anak-anak, remaja sering bersikap skeptis pada berbagai bentuk ritual, seperti berdoa dan upacara-upacara agama formal lainnya.<sup>36</sup>

### **c. Perkembangan Jiwa Agama pada Remaja**

Dalam pembagian tahap perkembangan manusia, maka masa remaja menduduki tahap progresif. Sementara untuk perkembangan agama pada remaja sendiri ditandai oleh beberapa faktor, diantaranya ialah:

#### **1) Pertumbuhan pikiran dan mental**

Ide dan dasar keyakinan keagamaan yang diterima remaja dari masa kanak-kanak sudah tidak begitu menarik bagi mereka. Sifat kritis terhadap ajaran agama mulai timbul. Hasil penelitian Allport, Gillespie dan Young menunjukkan bahwa agama yang ajarannya bersifat lebih konservatif (berpegang secara ketat pada ajarannya) lebih banyak berpengaruh pada remaja untuk tetap taat pada ajaran agamanya. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan pikiran dan mental remaja mempengaruhi sikap keagamaan mereka.<sup>37</sup>

#### **2) Perkembangan perasaan**

Berbagai perasaan telah berkembang pada masa remaja. Kehidupan religius akan cenderung mendorong dirinya lebih dekat ke arah hidup yang religius pula. Sebaliknya, bagi remaja yang kurang mendapat pendidikan dan siraman ajaran agama akan lebih mudah didominasi dorongan seksual.

#### **3) Pertimbangan sosial**

Corak keagamaan pada remaja juga ditandai oleh adanya pertimbangan sosial. Dalam kehidupan keagamaan, mereka timbul konflik antara pertimbangan moral dan material. Karena kehidupan

---

<sup>36</sup> Masganti, *Psikologi*, h, 25-41.

<sup>37</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h, 65.

duniawi lebih dipengaruhi kepentingan akan materi, maka pada remaja lebih cenderung jiwanya untuk bersikap materialis.

4) Perkembangan moral

Perkembangan moral pada remaja bertitik tolak dari rasa berdosa dan usaha untuk mencari proteksi.<sup>38</sup>

5) Sikap dan minat

Sikap dan minat remaja terhadap masalah keagamaan boleh dikatakan sangat kecil dan hasil ini tergantung dari kebiasaan masa kecil serta lingkungan agama yang memengaruhi mereka.

6) Ibadah

Pandangan remaja terhadap ibadah diungkapkan oleh Ross dan Oskar Kupky, yang menunjukkan bahwa hanya 17% mengatakan bahwa sembahyang bermanfaat untuk berkomunikasi dengan Tuhan, sedangkan 26% di antaranya menganggap bahwa sembahyang hanyalah media untuk bermeditasi saja.<sup>39</sup>

### **3. Jiwa Keagamaan pada Masa Dewasa**

#### **a. Pengertian Masa Dewasa**

Setelah melewati masa prenatal, bayi, anak-anak dan remaja, maka manusia akan memasuki masa dewasa. Orang dewasa adalah individu yang siap menerima kedudukan dalam masyarakat bersama dengan orang dewasa lainnya.

Masa dewasa biasanya dimulai pada usia 18 atau 21 tahu, namun masa dewasa berdasar dimensi psikologio dapat dilihat dan dibedakan dalam tiga kategori, diantaranya:

- 1) Masa dewasa awal dari usia 16 sampai 20 tahun
- 2) Masa dewasa tengah dari usia 20 sampai 40 tahun
- 3) Masa dewasa akhir dari usia 40 sampai 60 tahun<sup>40</sup>

---

<sup>38</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h, 66

<sup>39</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h, 67.

<sup>40</sup> Dr. Mohammad Al Farabi, M.Ag, *Pendidikan Orang Dewasa dalam Alqur'an*, (Jakarta: Kencana, 2018), h, 31.

Namun, menurut ahli Psikologi Agama agama perkembangan jiwa beragama pada dewasa baru dimulai pada usia 24 tahun.

#### **b. Perkembangan Jiwa Beragama Pada Masa Dewasa Awal dan Tengah**

Usia dewasa awal sampai tengah terentang dari usia 16 sampai 40 tahun. Pada usia ini orang dewasa disibukkan dengan membangun karir dan keluarga. Pengaruh yang paling besar terhadap keberagaman saudara kembar adalah lingkungan keluarga dan masyarakat.<sup>41</sup>

Secara umum kuat lemahnya intensitas minat beragama sejalan dengan usia. Artinya semakin bertambah usia seseorang semakin tinggi intensitas keagamaannya. Lemahnya minat beragama pada masa dewasa disebabkan oleh empat hal yaitu:

- 1) Ada tidaknya pembiasaan agama pada anak-anak
- 2) Ada tidaknya praktek keagamaan pada anak-anak
- 3) Kuat lemahnya persoalan yang dihadapi
- 4) Ada tidaknya tanggung jawab pada anak

Bila keempat penyebab tersebut tidak diperhatikan besar kemungkinan mereka akan menjadi orang dewasa yang tidak beragama.<sup>42</sup>

Minat beragama pada masa dewasa awal hanya akan bertambah meningkat bila mereka merasa bahwa agama yang mereka anut bisa menolong kehidupannya. Namun meskipun mereka datang kegereja setiap minggu tetapi 35% dari mereka tidak mendaftarkan diri menjadi jamaah gereja, masjid, atau sinagong tertentu. Penelitian Houd dan Fischer sosiolog dari Berkeley mengatakan perubahan orientasi di Amerika pada tahun 1980 an hanya 7% orang dewasa mengatakan tidak beragama naik menjadi 15% pada tahun 2000 disebabkan pendidikan agama bagi anak cenderung diabaikan sejak tahun 1980 an.

Menurut Jalaluddin tingkah laku keagamaan orang dewasa dapat pula dilihat dari sikap keagamaannya yang dimiliki antara lain:

---

<sup>41</sup> Hafi Anshori, *Dasar-Dasar Ilmu Jiwa Agama*, (Surabaya: Usaha Nasional, 1991), h, 96.

<sup>42</sup> Hafi, *Dasar*, h, 97.

- 1) Menerima kebenaran agama berdasarkan pertimbangan pemikiran yang matang bukan ikut-ikutan.
- 2) Bersifat cenderung realistis
- 3) Bersikap positif terhadap ajaran dan norma agama serta berusaha mempelajari dan memahami agama
- 4) Tingkat ketaatan agama, berdasarkan atas pertimbangan dan tanggung jawab diri sehingga sikap keagamaan merupakan realisasi diri.
- 5) Bersikap yang lebih terbuka dan wawasan luas.
- 6) Bersikap lebih kritis terhadap materi ajaran agama sehingga kemantapan beragama didasarkan pertimbangan pikiran dan hati nurani.
- 7) Sikap keberagaman cenderung mengarah kepada tipe-tipe kepribadian masing-masing.
- 8) Terlihat hubungan antara sikap keberagaman dengan kehidupan sosial.<sup>43</sup>

### **c. Perkembangan Jiwa Beragama Pada Masa Dewasa Akhir**

Masa dewasa akhir dimulai usia 40-60 tahun. Pada umumnya pada masa ini minat beragama semakin meningkat. Pertama, karena kesibukan mereka telah berkurang. Kedua, karena merasa kesepian, mereka menganggap berkumpul dalam aktivitas keagamaan lebih mendatangkan kesenangan dan kebahagiaan.<sup>44</sup>

Secara logika kematian telah mulai mendekati mereka. Mereka yang percaya akan adanya hidup setelah kematian akan lebih baik pengamalan agamanya pada usia ini. Kehidupan setelah kematian adalah tempat menerima balasan bagi kebaikan dan kejahatan. James mengatakan bahwa umur keagamaan yang sangat luar biasa tampaknya justru terdapat pada usia madya. Ketika gejolak kehidupan seksual sudah mulai menurun. Menurut Thoules hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan keagamaan berkorelasi terbalik dengan tingkat pemenuhan seksual sebagai sesuatu yang diharapkan bila penyimpangan seksual itu benar-benar salah satu factor yang mendorong dibalik perilaku keagamaan itu.<sup>45</sup>

---

<sup>43</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Radar Jaya, 2007), h, 43.

<sup>44</sup> Jalaluddin, *Psikologi*, h, 93.

<sup>45</sup> Masganti, *Psikologi*, h, 81-86.



#### **4. Jiwa Keagamaan pada Masa Usia Lanjut**

Usia lanjut adalah bagian akhir dari masa dewasa. Usia lanjut terentang dari usia 61 tahun sampai akhir hayat. Sama dengan masa- masa kehidupan lainnya, usia lanjut memiliki karakteristik tersendiri. Ahli psikologi membagi usia lanjut kepada dua fase yaitu, Usia lanjut dini dimulai dari usia 60-70 tahun. Usia lanjut dimulai dari usia 70 tahun keatas.<sup>46</sup>

Pada usia lanjut terjadi perubahan fisik dan psikhis. Perubahan fisik dan psikhis ini membawa pengaruh pada penyesuaian diri yang dapat terjadi dalam bentuk penyesuaian diri yang baik atau buruk. Hal ini tergantung pada bagaimana orang lanjut usia mensikapi keadaannya. Ciri yang paling menarik pada usia lanjut adalah penyesuaian diri yang cenderung memburuk. Baik buruknya penyesuaian diri pada usia lanjut tidak sepenuhnya tergantung pada factor usia, tetapi lebih ditentukan sikap hidup sebelumnya. Hurlock mengatakan mereka yang pada masa lalunya memiliki kesulitan dalam penyesuaian diri cenderung semakin jahat dan sulit ketimbang mereka yang dapat menyesuaikan diri dengan mudah dan menyenangkan pada masa lalunya.<sup>47</sup>

Ciri lain adalah orang usia lanjut kembali ingin kembali menjadi muda. Mereka merasakan kemunduran fisik dan psikhis membuat mereka kurang dihargai. Banyak kewenangan yang mereka miliki ketika masih muda harus dilepaskan, karena kondisi mereka dianggap sudah tidak mengizinkan sehingga mereka bisa menjadi pelanggan obat awet muda. Sue memberikan komentar sebagai berikut: zaman sekarang banyak orang mencari cara- cara memperlambat menua dengan usaha membatasi makanan atau vitamin. Sedang yang lain melakukan operasi plastic untuk menghilangkan tanda-tanda ketuaan, kemudian menggunakan alat-alat kecantikan untuk menutupi kerut-kerut dikulitnya. Pertanyaan ini mengisyaratkan betapa kemudahan menjadi kebutuhan.<sup>48</sup>

Perubahan kondisi fisik orang usia lanjut erat kaitnya dengan perubahan kondisi psikhisnya. Kemunduran fisik membuat mereka lebih membutuhkan

---

<sup>46</sup> Hafi, *Dasar*, h, 99.

<sup>47</sup> Ramayulis, *Psikologi*, h, 45.

<sup>48</sup> Sururin, *Ilmu*, h, 63.

bantuan orang lain. Mereka menjadi lebih tergantung kepada orang lain. Mereka cenderung mencari kawan atau pasangan hidup baru bila pasangan hidupnya telah meninggal dunia. Di Eropa kecenderungan mencari pasangan hidup baru itu semakin kuat, karena kesediaan anak mengurus orangtuanya sudah langka. Namun di Timur kecenderungan seperti ini masih rendah apalagi bagi para wanita lanjut usia. Hal ini disebabkan pandangan bahwa mengurus orangtua adalah bakti dan kewajiban anak.<sup>49</sup>

Minat- minat usia lanjut juga mengalami perubahan. Mereka umumnya kurang berminat terhadap uang. Uang bagi mereka sedar untuk mencukupi kebutuhan makan, minum, pakaian, dan tempat tinggal. Minat yang cenderung meningkat pada usia lanjut adalah minat beragama.

Minat agama pada usia lanjut selalu dipengaruhi cara beragama dan pengetahuan agama yang mereka terima pada usia sebelumnya. Mereka yang memiliki dasar-dasar pengetahuan agama yang baik pada masa muda cenderung memiliki minat agama yang besar pada usia lanjut. Kesadaran akan kematian dianggap sebagai salah satu pemicu orang usia lanjut berminat terhadap agama dan pengamalannya. Umumnya mereka menyadari bahwa kematian telah dekat dibandingkan ketika usia muda. Kondisi ini membuat mereka lebih tertarik untuk mempelajari agama dan menghadiri kegiatan-kegiatan agama untuk menambah pengetahuan agamanya. Semua ini dimaksudkan untuk memperbaiki bekalnya menghadapi kematian. Penyebab lain meningkatnya minat beragama pada usia lanjut, karena mereka sudah merasa tidak diperdulikan oleh lingkungannya. Kondisi sepi ini membuat mereka perlu mencari teman. Pada usia 70 tahun keatas sebagian mereka yang memiliki kesehatan yang kurang baik dan tidak dapat lagi mengikuti kegiatan-kegiatan pengajian atau misa meskipun minat mereka terhadap kegiatan tersebut masih tinggi. Mereka akan lebih selalu melakukan ibadah keagamaan dirumah secara maksimal.

Walaupun belum ada penelitian berapa besar hubungan antara usia dengan pengamalan agama, namun semakin tua umumnya orang semakin peduli dengan agama dengan berbagai alasan namun kondisi kesehatan fisik juga mendukung

---

<sup>49</sup> Sururin, *Ilmu*, h, 65.

minat beragama. Disamping itu minat beragama secara umum ditentukan dari usia-usia sebelumnya, meskipun kadang- kadang terjadi perubahan sikap beragama yang drastis pada diri seseorang.<sup>50</sup>

---

<sup>50</sup> *Ibid*, hlm. 86-88.

## BAB V

### KONVERSI AGAMA

#### A. PENGERTIAN KONVERSI AGAMA

Dalam *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, kata konversi diartikan sebagai perubahan dari satu sistem pengetahuan ke sistem yang lain, perubahan dari satu bentuk, rupa dan sebagainya ke bentuk, rupa yang lain.<sup>51</sup> Sedangkan agama dapat diartikan sebagai suatu ketaatan atau penyerahan diri kepada kekuatan yang lebih tinggi (gaib) dari manusia, yang dipercaya mengatur dan mengontrol, mengatur jalan alam dan kehidupan manusia.

Secara bahasa (etimologi) kata konversi berasal dari kata latin “*conversio*” yang berarti tobat, pindah, berubah (agama). selanjutnya kata tersebut dipakai dalam kata inggris “*conversion*” yang mengandung pengertian: berubah dari suatu keadaan, atau dari suatu agama ke agama lain (*change from one state, or from one religion, to another*). Berdasarkan arti kata-kata tersebut dapat disimpulkan bahwa konversi agama mengandung pengertian : bertobat, berubah agama, berbalik pendirian (berlawanan arah) terhadap ajaran agama atau masuk ke dalam agama lain.<sup>52</sup>

Pengertian konversi agama menurut terminologi. Konversi agama menurut pengertian ini dikemukakan oleh beberapa pendapat yakni:

1. William James mengatakan bahwa konversi agama dengan kata-kata: berubah, digenerasikan, untuk menerima kesukaan, untuk menjalani pengalaman beragama, untuk mendapatkan kepastian adalah banyaknya ungkapan pada proses baik itu berangsur-angsur atau tiba-tiba, yang dilakukan secara sadar dan terpisah-pisah, kurang bahagia dalam konsekuensi penganutnya yang berlandaskan kenyataan beragama.<sup>53</sup>
2. W.H. Clark mendefinisikan konversi agama sebagai suatu macam pertumbuhan atau perkembangan spiritual yang mengandung perubahan arah yang cukup berarti, dalam sikap terhadap ajaran dan tindakan agama. Lebih jelas dan lebih tegas lagi, konversi agama menunjukkan bahwa suatu perubahan emosi yang tiba-

---

<sup>51</sup> Tim Penyusun Diknas RI, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta, Balai Pustaka 2001)

<sup>52</sup> Masganti Sit, *Psikologi Agama* (Medan: Perdana Publishing, 2011), hlm. 91.

<sup>53</sup> Ramayulis, *Psikologi Agama* (Jakarta: Kalam Mulia, 2007), hlm. 70.

tiba ke arah mendapat hidayah Allah SWT secara mendadak, yang mungkin saja mendalam atau dangkal dan mungkin pula terjadi secara berangsur-angsur.

Menurut Zakiah Daradjat, konversi agama (Inggris: *conversion*) berarti berlawanan arah, yang dengan sendirinya konversi agama berarti terjadinya suatu perubahan keyakinan yang berlawanan arah dengan keyakinan semula<sup>54</sup>. Maksud yang sama, tetapi dengan terjemahan kata konversi agama sebagaimana dikutip oleh Jalaluddin adalah suatu tindakan dimana seseorang atau kelompok orang yang masuk atau berpindah ke suatu sistem kepercayaan atau perilaku yang berlawanan arah dengan kepercayaan sebelumnya. Oleh karena itu, konversi mempunyai dua pengertian, pindah dari suatu agama ke agama yang lain atau pindah dari suatu tingkatan pendalaman dalam satu agama ke tingkatan yang lebih tinggi, yaitu dari keadaan belum memahami menjadi memahami dan melaksanakan.

Istilah konversi agama ada dua madzhab. Pertama, makna konversi sesuai asal bahasa, yakni perubahan. Semua perubahan disebut konversi, baik itu perubahan keyakinan dari Islam ke non Islam ataupun dari non Islam ke Islam, yang jelas mengalami perubahan agama. Konversi agama juga banyak menyangkut masalah psikologi (kejiwaan) manusia dan pengaruh lingkungan dimana manusia berada. Konversi agama yang dimaksud selain uraian di atas, memiliki beberapa pengertian, yaitu:

- a. Terjadinya perubahan pandangan dan keyakinan seseorang terhadap agama dan kepercayaan yang dianutnya.
- b. Perubahan yang terjadi dipengaruhi oleh kondisi kejiwaan sehingga perubahan dapat terjadi secara berproses atau secara mendadak.
- c. Perubahan tersebut bukan hanya berlaku bagi perpindahan kepercayaan dari suatu agama ke agama lain, tetapi juga termasuk perubahan pandangan terhadap agama yang dianutnya sendiri.
- d. Faktor kejiwaan dan kondisi lingkungan makna perubahan selain itu juga disebabkan oleh faktor petunjuk dari Tuhan Yang Maha Kuasa.

Dengan pengertian konversi agama di atas, secara jelas menekankan pada peristiwa perpindahan atau perubahan pemahaman, loyalitas keyakinan yang ditinggalkan dinilai

---

<sup>54</sup> Zakiah Daradjat, Ilmu Jiwa Agama (Jakarta: Bulan Bintang, 2005).hlm.160

salah dan yang baru merupakan yang benar. Namun, pada dasarnya tindakan konversi agama sama halnya dengan fakta-fakta psikis lainnya, dan tidak dapat diteliti secara langsung proses terjadinya konversi agama tersebut, dan keyakinan-secara mendadak itu yang diawali oleh konflik batin dapat perhelatan jiwa yang sangat panjang dalam perjalanan hidupnya.

## **B. CIRI- CIRI KONVERSI AGAMA**

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa konversi agama memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Adanya perubahan arah pandangan dan keyakinan seseorang terhadap agama dan kepercayaan yang dianutnya.
2. Perubahan yang terjadi dipengaruhi kondisi kejiwaan, sehingga perubahan tersebut dapat terjadi secara berproses atau secara mendadak.
3. Perubahan tersebut tidak hanya berlaku bagi pemindahan kepercayaan dari suatu agama ke agama lain, akan tetapi juga termasuk perubahan pandangan terhadap agama yang dianutnya sendiri.
4. Selain faktor kejiwaan dan kondisi lingkungan, maka perubahan itu pun disebabkan oleh faktor petunjuk dari yang Maha Kuasa.<sup>55</sup>

## **C. FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KONVERSI AGAMA**

Menurut Zakiyah Daradjat, ada lima faktor yang mempengaruhi terjadinya konversi agama yaitu: ketegangan perasaan, pengaruh hubungan dengan tradisi agama, ajakan/seruan dan sugesti, emosi dan faktor kemauan. Diantaranya yakni :

1. Pertentangan batin dan ketegangan perasaan; orang-orang yang mengalami konversi agama dimana dalam dirinya terjadi kegelisahan, gejolak berbagai persoalan yang kadang-kadang tidak mampu dihadapinya sendiri. Di antara yang menyebabkan ketegangan dan kegoncangan dalam dirinya, karena ia tidak mempunyai seseorang dalam menguasai nilai-nilai moral dan agama dalam hidupnya. Sebenarnya orang tersebut mengetahui mana yang benar untuk dilakukan, akan tetapi tidak mampu untuk berbuat sehingga mengakibatkan

---

<sup>55</sup> Raharjo, Pengantar Ilmu Jiwa Agama (Semarang: Pustaka Rizki Putra,2002),hlm.139

segala yang dilakukannya serba salah, namun tetap tidak mau melakukan yang benar. Dapat dikatakan, dalam semua peristiwa konversi agama mempunyai latar belakang yang terpokok adalah konflik jiwa (pertentangan batin) dan ketegangan perasaan, yang disebabkan oleh berbagai keadaan. Kepanikan atau keguncangan jiwa itu kadang-kadang membuat orang tiba-tiba mudah terangsang melihat aktivitas keagamaan seseorang, atau kebetulan mendengar uraian agama yang mampu menggoyahkan keyakinan sebelumnya, karena yang baru itu dianggapnya dapat memberi ketenangan dan kepuasan batin serta mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya.

2. Pengertian hubungan dengan tradisi agama; di antara pengaruh yang terpenting sehingga terjadi konversi agama adalah faktor pendidikan yang diberikan oleh orang tuanya di waktu kecil, dan keadaan orang tua itu sendiri apakah termasuk orang yang kuat dan tekun beragama atau tidak. Faktor lain yang tidak sedikit pengaruhnya dalam konversi agama adalah lembaga-lembaga keagamaan, masjid-masjid atau gereja-gereja. Aktivitas lembaga keagamaan itu mempunyai pengaruh besar, terutama lembaga keagamaan sosialnya. Kebiasaan sewaktu kecil melalui bimbinganbimbingan di lembaga keagamaan, itulah termasuk salah satu faktor yang memudahkan terjadinya konversi agama, jika pada usia dewasanya mengalami acuh tak acuh pada agama dan mengalami konflik jiwa dan ketegangan batin yang tidak teratasi.
3. Ajakan/seruan dan sugesti; peristiwa konversi agama terjadi karena ajakan dan sugesti, yang pada mulanya hanya bersifat dangkal saja atau tidak mendalam tidak sampai pada perubahan kepribadian, namun jika orang yang mengalami konversi dapat merasakan ketenangan dan kedamaian batin dalam keyakinan itu dalam kepribadiannya. Orang-orang yang sedang gelisah mengalami keguncangan batin akan mudah menerima ajakan dan sugesti atau bujukan dari orang lain, apalagi sugesti tersebut menjanjikan harapan akan terlepas dari kesengsaraan batin yang sedang dihadapinya. Karena orang yang sedang gelisah atau guncang batinnya itu inginnya hanya segera terlepas dari penderitaannya. Sementara itu ada pemimpin agama yang mendatangi orang-orang yang mulai memperlihatkan kegoyahan keyakinannya yang disebabkan beberapa hal; karena keadaan ekonomi, rumah tangga, persoalan pribadi dan moral. Dengan datang

membawa nasihat, bujukan dan hadiah-hadiah yang menarik akan menambah simpatik hati orang-orang yang sedang mengalami kegoncangan tersebut yang sedang membutuhkan pedoman baru yang dijadikan pedoman dalam hidupnya.

4. Faktor emosional; salah satu faktor yang mendorong terjadinya konversi agama adalah pengalaman emosional yang dimiliki setiap orang dalam kaitannya dengan agama mereka. Berdasarkan penelitian George A. Cob terhadap orang-orang yang mengalami konversi agama lebih banyak terjadi pada orang-orang yang dikuasai emosinya, terutama orang yang sedang mengalami kekecewaan akan mudah kena sugesti, terutama bagi orang emosional. Dalam pengalaman emosional ini akan mengakibatkan berkembangnya keyakinan keagamaan atau bisa juga suatu corak pengalaman yang timbul sebagai bagian dari perilaku keagamaan yang mungkin memperkuat, memperkaya atau justru malah memodifikasi kepercayaan keagamaan yang sudah diikuti sebelumnya.
5. Faktor kemauan; beberapa kasus konversi agama terbukti dari hasil suatu perjuangan batin dan kemauan yang ingin mengalami konversi, dengan kemauan yang kuat seseorang akan mampu mencapai puncaknya yaitu dalam dirinya mengalami konversi. Hal ini dapat diikuti dari riwayat hidup al-Ghazali yang mengalaminya, bahwa pekerjaan dan buku-buku yang dikarang bukanlah datang dari keyakinan tapi datang dari keinginan untuk mencari nama dan pangkat. Sejarah al-Ghazali dapat dibagi menjadi tiga periode yaitu: (1) Periode sebelum mengalami kebimbangan, (2) Periode kebimbangan, dan (3) Periode konversi agama.

Dalam proses konversi agama terdapat tiga pengaruh besar yang bekerja secara bersamaan, yaitu: kekuatan psikologis, kekuatan sosiologis, Keunggulan cultural kelompok agama baru, dan kekuatan ketuhanan.<sup>56</sup>

#### **D. JENIS- JENIS KONVERSI AGAMA**

1. Perubahan secara bertahap (*Type Valitional*)

Yaitu konversi yang terjadi secara berproses, sedikit demi sedikit, hingga kemudian menjadi seperangkat aspek dan kebiasaan rohaniah yang baru.

---

<sup>56</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama*, (Jakarta: Raja Grafindo, 2006), hlm. 112



Konversi yang demikian ini sebagian besar terjadi sebagai suatu proses perjuangan batin yang ingin menjauhkan diri dari dosa karena ingin mendapatkan suatu kebenaran. Tipe pertama ini dengan motivasi aktif dari pelaku dan intelektual rasional yang lebih berperan.

2. Perubahan secara drastis (*Type Self Surrender*)

Yaitu konversi yang terjadi secara mendadak. Seseorang tanpa mengalami proses tertentu tiba-tiba berubah pendiriannya terhadap suatu agama yang dianutnya. Perubahan tersebut dapat terjadi dari kondisi tidak taat menjadi taat, dari tidak kuat keimanannya menjadi kuat keimanannya., dari tidak percaya kepada suatu agama menjadi percaya. Pada konversi jenis kedua ini, terjadi karena adanya pengaruh petunjuk Tuhan yang Maha Esa terhadap seseorang. sebab, gejala konversi ini terjadi dengan sendirinyapada diri seseorang sehingga ia menerima kondisi yang baru dengan penyerahan jiwa sepenuhnya. Dengan kata lain, konversi tipe kedua ini merupakan hidayah atau petunjuk dari Tuhan.<sup>57</sup>

## **E. TAHAPAN DAN PROSES DALAM KONVERSI AGAMA**

Tahapan dalam proses konversi agama menurut Zakiyah Daradjat, sulit untuk memberikan batasan yang tegas, apakah seseorang sudah tergolong mengalami konversi agama secara internal atau belum. Sebab antara satu sama lain amat berbeda, sesuai dengan pertumbuhan dan perubahan jiwa agama yang dilaluinya, serta pengalaman dan pendidikan yang diterimanya sejak kecil. Begitu juga dengan suasana lingkungan dimana ia hidup, dan pengalaman terakhir yang menjadi puncak perubahan keyakinan tersebut. Namun konversi agama secara eksternal amat mudah diketahui. Sebab seseorang umumnya langsung menyatakan perubahan keyakinan agamanya kepada publik secara terang-terangan, dan siap untuk menghadapi segala resiko sekalipun berpisah dengan orang-orang yang amat dicintainya, termasuk dengan orangtua dan keluarga lainnya.

Konversi agama itu sebenarnya melalui tahapan-tahapan yang agak panjang. Namun apabila tidak diperhatikan dengan teliti, tahapan-tahapan itu tidak begitu kelihatan. Bahkan sekilas dipandang tidak menunjukkan adanya perubahan-perubahan pada diri seseorang, tiba-tiba ia sudah menyatakan secara terbuka telah pindah agama, sehingga

---

<sup>57</sup> Sururin, Ilmu Jiwa Agama (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2004), hlm.105-106.

terkesan terjadiannya begitu tiba-tiba atau mendadak. Padahal sebenarnya kalau diamati, ia telah lebih dahulu mengalami kegoncangan spritual yang amat dahsyat sehingga ia terpaksa mengalami konversi agama. Menurut Wasyim sebagaimana dikutip Sudarno, bahwa secara garis besar membagi proses konversi agama menjadi tiga, yaitu: (1) Masa Gelisah (*unsert*), kegelisahan atau ketidaktenangan karena adanya gap antara seseorang yang beragama dengan Tuhan yang di sembah. Ditandai dengan adanya konflik dan perjuangan mental aktif, (2) Adanya rasa pasrah, (3) Pertumbuhan secara perkembangan yang logis, yakni tampak adanya realisasi dan ekspresi konversi yang dialami dalam hidupnya. Proses terjadinya konversi agama dalam masyarakat mengambil beberapa macam bentuk: (a) Perubahan yang drastis; adalah proses konversi agama dari tidak taat menjadi taat, yang jangka waktunya cepat, karena ada masalah-masalah yang tidak bisa dipecahkan oleh individu, yang disebabkan oleh tidak adanya pengalaman individu sebelumnya, (b) Pengaruh lingkungan; pengaruh lingkungan mempengaruhi sikap dan cara pandang terhadap keyakinan suatu agama, dan (c) pengaruh idealisme yang dicari. Proses ini, biasanya memakan waktu lama. Individu selalu merasa keyakinan yang ragu, tapi jika di yakinkan dia akan yakin sepenuhnya.

## **BAB VI**

### **HUBUNGAN PSIKOLOGI AGAMA DENGAN TASAWUF**

#### **A. PENGERTIAN PSIKOLOGI AGAMA DAN TASAWUF**

Menurut Jalaluddin,<sup>58</sup> psikologi agama adalah cabang psikologi yang meneliti dan mempelajari tingkah laku manusia dalam hubungannya dengan pengaruh keyakinan terhadap agama yang dianutnya serta dalam kaitannya dengan perkembangan usia masing-masing. Upaya untuk mempelajari tingkah laku keagamaan tersebut merupakan kajian empiris.

Sedangkan berbicara tentang pengertian tasawuf, dalam terminologi Islam, ternyata banyak para ahli dan tokoh-tokoh Islam yang berbeda pendapat tentang apa yang sebenarnya pengertian tasawuf itu secara baik dan benar. Nampaknya di sini kita perlu melihat beberapa pengertian itu antara lain:

1. Tasawuf berasal dari istilah “ahlu Shuffah” artinya sekelompok orang dizaman Rasulullah Saw yang hidupnya banyak berdiam diri dikerumun-serambi mesjid dan mereka hanya mengabdikan seluruh hidupnya untuk beribadah kepada Allah SWT<sup>59</sup>.
2. Tasawuf berasal dari kata “Shof” yang maksudnya adalah barisan orang yang dalam sholat yang berada di shof yang paling depan.
3. Tasawuf berasal dari kata “Shaffa” yang artinya adalah orang-orang bersih dan suci yang mensucikan dirinya dihadapan Tuhannya sesuci-sucinya.
4. Tasawuf diartikan sebagai sekelompok orang-orang bani Shuffah
5. Tasawuf diartikan dari bahasa Grik atau Yunani, yakni “Saufi” yang berarti hikmah atau kebijaksanaan.
6. Tasawuf berasal dari kata “Shaufanah” yaitu sebangsa buah-buahan kecil dan berbulu banyak yang tumbuh dipadang pasir di tanah Arab, dan pakaian kaum sufi adalah berbulu-bulu seperti buah itu pula.

---

<sup>58</sup> Jalaluddin, 1997, *Psikologi Agama*, ( Jakarta : Rajawali Press).hal 1

<sup>59</sup> Solkhin, Muhktar, 2000. *Ilmu Tasawuf*, ( Bandung : Pustaka Setia ) hal 5

7. Tasawuf bersal dari kata “Suff” yang berarti bulu domba atau wol, maksudnya adalah kaum sufi itu adalah kaum yang sering kali berpakaian yang berasal dari bulu domba yang menimbulkan kesederhanaan dan kefakiran.<sup>60</sup>

Dari ketujuh pengertian tersebut di atas yang diaukui oleh banyak kalangan adalah yang ketujuh, yaitu makna tasawuf dengan istilah “Shuff” yakni kaum sufi adalah kaum yang menggunakan pakaian woll, walaupun kenyataannya tidak semua kaum sufi berpakaian wol. Pengertian tasawuf secara terminologipun tidak sedikit para ahli yang berbeda pendapat, hal ini nampaknya disebabkan oleh selera masing-masing dalam memaknai kata tasawuf. Akan tetapi untuk memberikan penekanan pada pembahasan ilmu tasawuf ini, penulis coba kutip pendapat Al-Junaidi tentang tasawuf, seperti yang dikutip oleh Mukhtar Solihin, yaitu ilmu tasawuf adalah ilmu yang mempelajari tentang pembersihan diri, berjuang memerangi hawa nafsu, mencari jalan kesucian dengan makrifat menuju keabadian, saling mengingatkan antara manusia serta berpegang teguh pada janji Allah dan mengikuti syari’at Rasulullah saw, dengan mendekatkan diri dan mencapai keridhoan-Nya.

## **B. HAKIKAT ILMU TASAWUF DAN ILMU JIWA**

### **1. Hakikat Ilmu Tasawuf**

Istilah tasawuf (sufism), yang telah sangat populer digunakan selama berabad-abad, dan sering dengan bermacam-macam arti, berasal dari tiga huruf Arab, sha, wau dan fa. Banyak pendapat tentang alasan atas asalnya dari sha wa fa, diantaranya yaitu :

- a. “shafa” yang berarti kesucian atau bersih.
- b. “shafwe” yang berarti baris atau deret, yang menunjukkan kaum Muslim awal yang berdiri di baris pertama dalam salat atau dalam perang suci.
- c. “shuffah” yang berarti serambi masjid Nabawi di Madinah yang ditempati oleh para sahabat-sahabat nabi yang miskin dari golongan Muhajirin.
- d. “shuf” yang berarti bulu domba, yang menunjukkan bahwa orang-orang yang tertarik pada pengetahuan batin kurang memperdulikan penampilan lahiriahnya dan sering memakai jubah yang terbuat dari bulu domba yang kasar sebagai simbol kesederhanaan.

---

<sup>60</sup> Anwar, Rosihan, 2000. *Ilmu Tasawuf*, ( Bandung : Pustaka Setia) hal. 9

Ibnu Khaldun mengemukakan tasawuf adalah semacam ilmu syari'at yang timbul kemudian didalam agama asalnya ialah bertekun beribadah dan memutuskan pertalian dengan segala selain Allah. Hanya menghadap Allah semata, menolak hiasan-hiasan duniawi yang selalu memperdaya orang banyak. Demikian juga kelezatan harta benda dan kemegahan, dan menyendiri menuju jalan Allah dalam berkhawatir dan dalam beribadah.

Tasawuf bertujuan untuk memperoleh hubungan langsung dan disadari dengan Tuhan, sehingga disadari benar bahwa seseorang berada di hadirat Tuhan dan intisari dari itu adalah kesadaran akan adanya komunikasi dan dialog antara roh manusia dengan Tuhan dengan cara mengasingkan diri dan berkontemplasi.

Tasawuf pada intinya adalah upaya melatih jiwa dengan berbagai kegiatan yang dapat membebaskan dirinya dari pengaruh kehidupan dunia, sehingga tercermin akhlak yang mulia dan dekat dengan Allah Swt. Dengan kata lain tasawuf adalah bidang kegiatan yang berhubungan dengan pembinaan mental ruhaniah agar selalu dekat dengan Tuhan. Inilah esensi atau hakikat tasawuf.

## 2. Hakikat Ilmu Jiwa Agama

Ilmu jiwa agama yakni ilmu yang meneliti pengaruh agama terhadap sikap dan tingkah laku seseorang atau mekanisme yang bekerja dalam diri seseorang yang menyangkut tata cara berpikir, bersikap, berkreasi dan bertingkah laku yang tidak dapat dipisahkan dari keyakinannya, karena keyakinan itu masuk dalam konstruksi kepribadiannya.

Melalui ilmu jiwa dapat diketahui sifat-sifat psikologi yang dimiliki seseorang, jiwa yang bersih dari dosa dan maksiat serta dekat dengan Allah misalnya, akan melahirkan sikap yang tenang pula, sebaliknya jiwa yang kotor banyak berbuat kesalahan dan jauh dari Allah akan melahirkan perbuatan yang jahat, sesat dan menyesatkan orang lain.

Sedangkan objek pembahasan psikologi agama adalah gejala-gejala psikis manusia yang berkaitan dengan tingkah laku keagamaan, kemudian mekanisme antara psikis manusia dengan tingkah laku keagamaannya secara timbal balik dan hubungan pengaruh antara satu dengan lainnya.

### **C. HUBUNGAN TASAWUF DENGAN PSIKOLOGI AGAMA**

Tasawuf dapat dijadikan pijakan jiwa alternative dalam menghadapi problem kehidupan yang semakin kompleks. Setiap orang membutuhkan pijakan dalam hidupnya untuk menyelesaikan berbagai problem kehidupan yang berimplikasi pada psikologi pada orang tersebut. Tasawuf dijadikan pijakan karena tasawuf lebih dekat dengan disiplin ilmu psikologi. Akan tetapi sering kedua kajian tersebut seakan terpisahkan, padahal objek kajian tasawuf, psikologi agama, dan kesehatan mental berurusan dengan soal yang sama, yakni soal jiwa.

Pembahasan tentang jiwa dan badan ini dikonsepsikan para sufi dalam rangka melihat sejauh mana hubungan perilaku yang dipraktikan manusia dengan dorongan yang dimunculkan jiwanya sehingga perbuatan itu dapat terjadi. Dari sini, baru muncul kategorikategori perbuatan manusia, apakah dikategorikan sebagai perbuatan jelek atau perbuatan baik. Jika perbuatan yang ditampilkan seseorang baik, ia disebut orang yang berakhlak baik.

Sebaliknya, jika perbuatan yang ditampilkannya jelek, ia disebut sebagai orang yang berakhlak jelek. Bagi orang yang dekat dengan Tuhannya, yang akan tampak dalam kepribadiannya adalah ketenangan. Perilakunya juga akan menampilkan perilaku dan akhlak-akhlak yang terpuji.

Dalam setiap akhlak dibutuhkan suatu penghayatan apakah akhlak itu baik atau buruk melalui kejiwaan kita sendiri dimana kita akan menilai seberapa kita mampu menjalankan segala sesuatu yang telah menjadi hak dan kewajiban kita sebagai muslim. Mengingat adanya hubungan dan relevansi yang sangat erat antara spiritualitas (tasawuf) dan ilmu jiwa, terutama ilmu kesehatan mental, kajian tasawuf tidak dapat terlepas dari kajian tentang kejiwaan manusia itu sendiri.

Seperti yang dikatan sebelumnya bahwa akhlak tasawuf ialah suatu mendekatkan diri kepada Allah SWT sedekat mungkin melalui penyesuaian rohani dan memperbanyak ibadah. Dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan akhlak dalam segi agama akhlak tasawuf lebih mendalam lagi, karenanya dibutuhkan keyakinan dalam kejiwaan seseorang, dalam hal ini ialah ilmu jiwa agama yang meneliti dan menelaah kehidupan beragama pada seseorang dan mempelajari seberapa besar pengaruh keyakinan agama itu dalam sikap dan tingkah laku serta keadaan hidup pada umumnya.

Dalam pembahasan tasawuf dibicarakan tentang hubungan jiwa dengan badan. Tujuan yang dikendaki dari uraian tentang hubungan antara jiwa dan badan dalam tasawuf adalah terciptanya keserasian antar keduanya. Pembahasan tentang jiwa dan badan ini dikonsepsikan para sufi untuk melihat sejauh mana hubungan perilaku yang diperaktekan manusia dengan dorongan yang dimunculkan jiwanya sehingga perbuatan itu terjadi, dari sini terlihatlah perbuatan itu berakhlak baik atau sebaliknya.

Ditekankanya unsur jiwa dalam konsepsi tasawuf tidak berarti mengabaikan unsur jasmani manusia. Unsur ini juga penting karena rohani sangat memerlukan jasmani dalam melaksanakan kewajibannya dalam beribadah kepada Allah. Seorang tidak mungkin sampai beramal dengan baik dan sempurna selama jasmaninya tidak sehat. Kehidupan jasmani yang sehat merupakan jalan kepada kehidupan rohani yang baik.

Pandangan mengenai jiwa berhubungan erat dengan ilmu kesehatan mental yang merupakan bagian dari ilmu jiwa (psikologi)<sup>61</sup>. Orang yang sehat mentalnya adalah orang yang mampu merasakan kebahagiaan dalam hidup, dan pada mereka akan timbul perasaan tenang hatinya. Namun, bagi orang yang kurang sehat mentalnya hatinya tidak tenang sehingga menjauh dari Tuhannya. Ketidaktenangan itu menjelma menjadi perilaku yang tidak baik dan menyeleweng dari norma-norma yang ada.

Harus diakui, jiwa manusia seringkali sakit, ia tidak akan sehat sempurna tanpa melakukan perjalanan menuju Allah. Bagi orang yang dekat dengan Tuhannya, kepribadiannya tampak tenang dan perilakunya pun terpuji. Pola kedekatan manusia dengan Tuhannya inilah yang menjadi garapan dalam tasawuf, dari sinilah tampak keterkaitan erat antara ilmu tasawuf dan ilmu jiwa.

Pembahasan Tasawuf , terutama tasawuf amali, sangat erat kaitanya dengan pembahasan penyucian diri atau jiwa manusia. Dalam hal ini akan terlihat adanya hubungan antara jiwa dan raga manusia, dimana ketika seseorang melakukan proses penyucian jiwa melalui riyadhah, maka akan terjadi proses transformasi diri. Misalnya ketika seseorang sudah berhasil menahan diri dari sifat amarah, maka akan terpancar pada dirinya sifat penyabar. Karena orang lain akan tahu bahwa seseorang itu penyabar dari penampilan dirinya. Adanya keterkaitan antara jiwa dan raga dalam pembahasan tasawuf inilah yang menjadikan tasawuf erat hubungannya dengan psikologi yang

---

<sup>61</sup> Tebba, Sudirman, 2003, *Tasawuf Positif*, (Bogor: Kencana) Hal. 25

banyak membahas tentang jiwa. Dan sekarang ini kajian tentang jiwa yang lebih ditekankan pada personality (kepribadian) disebut dengan Transpersonal Psikologi. Kalau dulu istilahnya kesehatan mental.

Problem kepribadian (mental) meliputi semua unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap, dan persaaan; yang mana semua itu akan sangat mempengaruhi perilaku seseorang dalam menghadapi masalah. Dalam hal inilah muncul dua kondisi manusia yaitu yang sehat mental dan yang kurang sehat mental.

Orang yang sehat mental adalah orang yang mampu mengatasi persoalan-persoalan pribadinya. Misalnya ketika ada masalah dia tidak mudah stress, tapi mencoba mencari solusi pemecahannya dengan cara mencari sebab-sebab permasalahannya. Orang yang sehat mentalnya tentulah tercermin dalam diri orang yang baik kepribadiannya yang sangat tercermin dalam tingkah laku atau akhlaknya. Dia tidak akan sombong ketika memiliki kelebihan dari yang lain; dia tidak akan mengucapkan kata-kata yang menyakitkan hati yang lain dsb. Pada porsi inilah ajaran-ajaran tasawuf sangat menunjang. Misalnya ketika seseorang sangat bersedih karena kehilangan seseorang yang sangat dicintainya, maka ajaran tasawuf mengatakan bahwa semua ini milik Allah dan akan kembali kepadaNya. Pada orang yang resah dan galau, maka ajaran tasawuf akan mengatakan dengan mengingat Allah hati akan menjadi tenang.

Dari sisi lain Hubungan Tasawuf Dengan Ilmu Jiwa Agama (Psikologi Agama) Semua praktek dan amalan-amalan dalam tasawuf adalah merupakan latihan rohani dan latihan jiwa untuk melakukan pendakian spritual kerah yang lebih baik dan lebih sempurna. Dengan demikian, amalan-amalan tasawuf tersebut adalah bertujuan untuk mencari ketenangan jiwa dan keberhasilan ahli agar lebih kokoh dalam menempuh liku-liku problem hidup yang beraneka ragam serta untuk mencari hakekat kebenaran yang dapat mengatur segala-galanya dengan baik. Manusia sebagai makhluk Allah memiliki jasmani dan rohani. Salah satu unsur rohani manusia adalah hati (Qalbu) disamping hawa nafsu. Karena itu penyakit yang dapat menimpa manusia ada dua macam, yaitu penyakit jasmani dan penyakit rohani atau jiwa atau qalbu.

Di dalam beberapa ayat Al-Qur'an dikatakan bahwa di dalam hati manusia itu ada penyakit, Antara lain penyakit jiwa manusia itu adalah iri, dengki, takabur, resah, gelisah, khawatir, stress dan berbagai penyakit jiwa lainnya. Dengan tasawuf manusia akan dapat menghindarkan diri dari penyakit kejiwaan (psikologis) berupa perilaku memperlakukan



hawa nafsu keduniaan, seperti: iri, dengki, takabbur, resah, gelisah, khawatir, stress dan berbagai penyakit jiwa lainnya. Tasawuf berusaha untuk melakukan kontak batin dengan tuhan bahwa berusaha untuk berada dihadirat Tuhan, sudah pasti akan memberikan ketentraman batin dan kemerdekaan jiwa dari segala pengaruh penyakit jiwa. Dengan demikian antara tasawuf dengan ilmu jiwa memiliki hubungan yang erat karena salah satu tujuan praktis dari ilmu jiwa adalah agar manusia memiliki ketenangan hati, ketentraman jiwa dan terhindar dari penyakit-penyakit psikologis seperti dengki, sombong, serakah, takabbur dan sebagainya.

Tasawuf juga selalu membicarakan persoalan yang berkisar pada jiwa manusia. Hanya saja, jiwa yang dimaksud adalah jiwa manusia muslim, yang tentunya tidak lepas dari sentuhan-sentuhan keislaman. Dari sinilah tasawuf kelihatan identik dengan unsur kejiwaan manusia muslim. Mengingat adanya hubungan dan relevansi yang sangat erat antara spritualitas (tasawuf) dan ilmu jiwa, terutama ilmu kesehatan mental, kajian tasawuf tidak terlepas dari kajian tentang kajian kejiwaan manusia itu sendiri. Dalam pembahasan tasawuf dibicarakan tentang hubungan jiwa dengan badan.

Tujuan yang dikehendaki dari uraian tentang hubungan antara jiwa dan badan dalam tasawuf adalah terciptanya keserasian antara keduanya. Pembahasan tentang jiwa dan badan ini dikonsepsikan para sufi dalam rangka melihat sejauhmana hubungan perilaku yang diperaktekkan manusia dengan dorongan yang dimunculkan jiwanya sehingga perbuatan itu dapat terjadi. Dari sini baru muncul kategori-kategori perbuatan manusia, apakah dikategorikan sebagai perbuatan buruk atau perbuatan baik. Jika perbuatan yang ditampilkan seseorang adalah perbuatan baik, ia disebut orang yang berakhlak baik. Sebaliknya, jika perbuatan yang ditampilkan jelek ia disebut sebagai orang yang berakhlak buruk.

Dalam pandangan kaum sufi, akhlak dan sifat seseorang tergantung pada jenis jiwa yang berkuasa pada dirinya. Jika yang berkuasa atas dirinya adalah nafsu-nafsu hewani atau nabati, prilaku yang tampil adalah prilaku hewani dan nabati pula. Sebaliknya, jika yang berkuasa adalah nafsu insani, yang tampil adalah prilaku insani pula. Kalau para sufi menekankan unsur kejiwaan dalam konsepsi tentang manusia, berarti bahwa hakikat zat, dan inti kehidupan manusia terletak pada unsur spritual dan

kejiwaannya. Ditekankannya unsur jiwa dalam konsepsi tasawuf tidaklah berarti bahwa para sufi mengabaikan unsur jasmani manusia<sup>62</sup>.

Unsur ini juga mereka pentingkan karena rohani sangat memerlukan jasmani dalam melaksanakan kewajibannya beribadah kepada Allah dan menjadi khalifah-Nya di bumi. Dengan demikian, pada aspek lain psikologi juga kita temukan masih menggunakan teori dan metodologi psikologi modern. Dan sedangkan tasawuf lepas sama sekali dari teori dan metodologi psikologi modern. Inilah yang membedakan antara tasawuf dengan psikologi Islam. Namun pada sisi lain tasawuf juga memberi kontribusi besar dalam pengembangan Psikologi Islam, karena tasawuf merupakan bidang kajian Islam yang membahas jiwa dan gejala kejiwaan. Unsur Islam dalam psikologi Islam akan banyak berasal dari tasawuf. Dan hanya sedikit berbeda antara tasawuf dengan ilmu kejiwaan adalah dari metode sistem pandangannya terhadap mempelajari kejiwaan manusia.

Jika kita lihat tasawuf melihat manusia dari sisi internalnya artinya langsung mempelajari isi dan kondisi hati ataupun kejiwaan manusia bagaimana seharusnya. Sedangkan ilmu jiwa ataupun yang sering dikenal dengan psikologi mempelajari dan mendeskripsikan kejiwaan manusia dari eksternal manusia yaitu dengan mempelajari hal-hal yang tampak dari sikap dan perilaku manusia apa adanya karena menurutnya dari mempelajari perilakunya kita dapat menggambarkan bagaimana kondisi kejiwaannya.

Tasawuf dapat dijadikan pijakan jiwa alternatif dalam menghadapi problem kehidupan yang semakin kompleks. Setiap orang membutuhkan pijakan dalam hidupnya untuk menyelesaikan berbagai problem kehidupan yang berimplikasi pada psikologi pada orang tersebut. Tasawuf dijadikan pijakan karena tasawuf lebih dekat dengan disiplin ilmu psikologi. Akan tetapi sering kedua kajian tersebut seakan terpisahkan, padahal objek kajian tasawuf, psikologi agama, dan kesehatan mental berurusan dengan soal yang sama, yakni soal jiwa.

Pembahasan tentang jiwa dan badan ini dikonsepsikan para sufi dalam rangka melihat sejauh mana hubungan perilaku yang dipraktikkan manusia dengan dorongan yang dimunculkan jiwanya sehingga perbuatan itu dapat terjadi. Dari sini, baru muncul

---

<sup>62</sup> Nurbakhsi, Javad, 2000. *Psikologi Sufi* (Penterjemah: Arief Rakhmat), ( Yogyakarta : Fajar Pustaka) hal. 25

kategori-kategori perbuatan manusia, apakah dikategorikan sebagai perbuatan jelek atau perbuatan baik. Jika perbuatan yang ditampilkan seseorang baik, ia disebut orang yang berakhlak baik. Sebaliknya, jika perbuatan yang ditampilkannya jelek, ia disebut sebagai orang yang berakhlak jelek.

Bagi orang yang dekat dengan Tuhannya, yang akan tampak dalam kepribadiannya adalah ketenangan. Perilakunya juga akan menampilkan perilaku dan akhlak-akhlak yang terpuji.

## BAB VII

### ZIKIR DAN DOA SEBAGAI PSIKOTERAPI PSIKOLOGI

#### A. PENGERTIAN ZIKIR, DO'A, DAN PSIKOTERAPI

##### 1. Zikir

Secara etimologi, kata “zikir” berasal dari bahasa Arab, yaitu ذَكَرَ-يَذْكُرُ-ذِكْرٌ yang bermakna: mengisyaratkan, mengenang, mengagungkan, menyebut, atau mengingat. Dalam Ensiklopedia Islam, menjelaskan bahwa istilah zikir memiliki ilmu multi interpretasi, di antara pengertian zikir adalah mengingat, menjaga, atau mengerti perbuatan baik<sup>1</sup>. Sedangkan secara istilah, zikir adalah membasahi lidah dengan ucapan-ucapan pujian kepada Allah. Termasuk dalam pengertian zikir ialah :doa, membaca al-Quran, tasbih, tahmid, takbir, tahlil, istigfar, dan lain-lain. Ada pula zikir yang dilakukan tersendiri diucapkan pada saat-saat tertentu atau pada setiap saat. Sedangkan zikir dalam pengertian ingatan atau mengingat Allah, dilakukan setiap saat. Artinya, kegiatan apa pun yang dilakukan seorang muslim di mana pun berada, hendaknya senantiasa ingat kepada Allah, sehingga melahirkan cinta beramal shaleh kepada-Nya dan malu berbuat dosa dan maksiat.<sup>63</sup>

Zikir secara bahasa yaitu bermakna ingat kepada Allah dengan menghayati kehadiran-Nya, kemaha terpujian-Nya, dan kemaha besaran-Nya. Zikir merupakan sikap batin yang biasanya di ungkapkan melalui ucapan tahlil (*Laailaahaillallah*, artinya tiada Tuhan selain Allah), tasbih (*Subhanallah*, artinya Maha Suci Allah), tahmid (*Alhamdulillah*, artinya Segala Puji Bagi Allah), dan takbir (*Allaahu Akbar*, artinya Allah Maha Besar).<sup>64</sup>

Sedangkan menurut Hasbi Ash-Shiddiqie, zikir adalah menyebut Allah swt dengan membaca Tasbih (*subhanallah* artinya Maha suci Allah), Tahmid (*alhamdulillah*, artinya segala puji bagi Allah), dan Takbir (*allahu Akbar*, artinya Allah Maha Besar) dan Tahlil (*la Ilaha illa Allah*), membaca hauqalah (*la hawla wala quwwata illa billahi*), hasballah

---

<sup>63</sup> M. Solihin, *Melacak Pemikiran Tasawuf* di Nusantara (Jakarta : PT. RajaGrafindo Persada, 2005), h. 225

<sup>64</sup> Tristiadi Ardi Ardani, *Psikiatri Islam*, (Yogyakarta : UIN Malang Press, 2008), h. 332

(hasbiyallahu), membaca basmallah (*bismillahirrahmanirrahim*), membaca al-Quran dan membaca doa-doa yang matsuur, yaitu doa yang diterima dari Nabi SAW.<sup>65</sup>

Menurut Pengertian psikolog, zikir sebagai suatu daya jiwa kita yang dapat menerima, menyimpan dan memproduksi kembali pengertian atau tanggapan-tanggapan kita. Zikir dalam arti menyebut nama Allah yang diamalkan secara rutin, biasanya disebut wirid. Zikir dalam menyebut nama Allah ini termasuk ibadah mahdhah, yaitu ibadah langsung kepada Allah swt, serta sangat mudah sekali untuk diucapkan.

Menurut ahli tasawuf, zikir itu terbagi tiga bagian yaitu:

- a. Zikir lisan, disebut juga zikir *jahar* atau *jall* iucapan secara jelas. Zikir lisan ini dinamakan juga zikir *na'if itabat* sebab mengandung unsure *na'fi* atau negasi dalam ungkapan *LaaIlaha* dan unsure *itsbat* atau affirmative dalam ungkapan *Illallah*.
- b. Zikir Qalbu, disebut juga zikir *khofi*, zikir yang diucapkan dalam hati secara tersembunyi. Zikir qolbu disebut juga *zikir ismudz*, karena yang diingat dalam hati adalah Allah.
- c. Zikir *sir* atau rahasia, zikir *sir* mengiringi turun naiknya nafas kita dengan mengingat Allah.

Waktu dan tempat zikir yaitu

- a. Waktu berzikir lisan, yaitu pagi hari sebelum terbit matahari, sesudah sholat subuh, setelah tergelincir matahari, sesudah selesai sholat zuhur dan sebagainya.
- b. Tempat-tempat untuk berzikir, yaitu tempat-tempat yang dipandang mulia seperti masjid dan tempat yang dikhususkan untuk beribadah. Selain itu berzikir juga di jalan raya sambil berjalan atau di tempat-tempat lain, seperti tempat-tempat yang dikecualikan oleh syara' dan lain-lain.<sup>66</sup>

Dalam Al Qur an banyak sekali ayat-ayat yang menyuruh kita untuk berzikir kepada Allah SWT atau mengajurkan orang supaya berzikir kepada Allah. Setiap muslim tentunya mengetahui, betapa utamanya berzikir dan betapa besarnya manfaatnya.

---

<sup>65</sup> Muhammad Hasbi Ash Shiddiqy, *Pedoman Dzikir dan Doa* (Jakarta : Bulan Bintang, 1977), h. 49-50

<sup>66</sup>*Ibid*, h. 334.

Menurut Ibn ‘Atha’illah as-Sakandari ada beberapa manfaat zikir yang berhubungan dengan kesehatan mental yaitu:

- a. Menghilangkan segala kegundahan, kerisauan, kegelisahan serta mendatangkan kegembiraan dan kesenangan.
- b. Mendatangkan sesuatu yang paling mulia dan paling agung yang dengan itu kalbu manusia menjadi hidup seperti halnya hidupnya tanaman karena hujan. Zikir adalah makanan rohani bagi tubuh manusia.
- c. Orang yang berzikir akan diteguhkan kalbunya, dikuatkan tekadnya, dijaukan dari kesedihan, dari kesalahan, dari setan dan tentaranya.
- d. Zikir dapat menghilangkan dahaga ketika rasa dahaga tiba disaat kematian tiba sekaligus memberi rasa aman dari segala kecemasan.
- e. Berzikir kepada Allah swt dapat mendekatkan diri seorang hamba kepada Tuhannya. Jika Allah mendekati hambanya maka Dia akan menjaganya, melindungi dan melimpahinya dengan rahmat kebahagiaan serta kedamaian jiwa.
- f. Berzikir kepada Allah swt dapat membangkitkan semangat hidup manusia, menguatkan keinginan untuk menggapai ampunan dan keridhaan Allah swt, menciptakan kelapangan dada, dan kebahagiaan jiwa.
- g. Zikir dapat menguatkan hati dan badan, menerangi wajah dan hati serta mendatangkan rezeki. Zikir memberi pelakunya pakaian wibawa dalam kepribadian.
- h. Zikir dapat mewariskan muraqabatullah (perasaan selalu diawasi Allah Ta’ala) sehingga pelaku masuk dalam kategori ihsan. Dengan demikian, ia beribadah kepada Allah seakan-akan ia melihat-Nya, juga mewariskan pada pelakunya inabah (senantiasa kembali kepada Allah atau bertaubat).<sup>67</sup>

## 2. Do’a

Secara bahasa, kata doa berasal dari bahasa arab (دَعَا يَدْعُو - دُعَاء) yang berarti panggilan atau seruan. Menurut istilah, doa berarti permohonan sesuatu kepada Allah

---

<sup>67</sup> Safrilsyah, *Psikologi Ibadah dalam Islam*, ( Banda Aceh : Ar-Raniry Press, 2013), h. 172.

SWT. Yang di samapikan umat manusia sebagai makhluk-Nya, baik untuk kepentingan hidup di dunia maupun di akhirat.

Dalil tentang perintah berdoa, antara lain tercantum surah Al-Baqarah ayat 186. Dari firman Allah SWT.

وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ ۖ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ ﴿١٨٦﴾

Artinya: *“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu (Muhammad) tentang aku, maka sesungguhnya aku dekat. Aku kabulkan permohonan orang yang berdoa apabila dia berdoa kepada-Ku. Hendaklah mereka itu memenuhi (perintah)-Ku dan beriman kepada-Ku agar mereka memperoleh kebenaran.”*(Q.S.Al-Baqarah/2: 186)

Dari ayat di atas dapat di peroleh pelajaran sebagai berikut:

- a. Allah SWT. Akan mengabulkan permohonan manusia yang memohon kepada-Nya oleh sebab itu, hendaknya manusia mau memohon kepada-Nya;
- b. Agar hidup manusia berada di atas jalan yang benar dan memperoleh rida dari Allah SWT. Manusia harus beriman dan memenuhi perintah-Nya.

Doa merupakan hal yang sangat penting bagi perkembangan psikologis seseorang. Menurut Mazhahiri menjelaskan bahwa doa adalah kenikmatan yang paling nikmat. Sehingga dengan doa manusia akan pandai bersyukur. Doa menjadikan manusia memutus kertertarikan dan ketergantungan kepada selain Allah. SWT Sehingga pengharapan manusia semata-mata hanya kepada Allah SWT. Doa juga meniupkan ketenangan dan ketentraman jiwa juga membuat hari-harinya diliputi ketenangan dan kebahagiaan. Doa juga mampu melapangkan dada, sehingga mudah menerima informasi di luar dirinya tanpa penghalang.

Doa adalah termasuk ibadah. Ibadah akan membawa seseorang kuat, baik secara fisik maupun mental. Dalam hadis nabi yang diriwayatkan oleh Ibnu Luhai'ah, Nabi bersabda: “Doa adalah otaknya ibadah” (HR. At-Tirmidzi).

Doa memberikan sumbangan spiritual. Kemampuan seseorang dalam melakukan kegiatan tentu didukung oleh rasa percaya diri dan kestabilan emosi yang ada pada dirinya. Sehingga semakin konsisten melakukan doa dengan adab yang benar, akan

semakin mendukung kemampuan dalam melakukan aktif itraspositif.<sup>68</sup> Di antara faidillah dan faidah berdoa adalah:

- a. Menghadapkan muka kepada Allah dengan menunduk;
- b. Memajukan permohonan kepada Allah yang memiliki perbendaharaan yang tidak akan habis-habisnya;
- c. Memperoleh naungan rahmat Allah;
- d. Menunaikan kewajiban taat dan menjauhi maksiat;
- e. Membendaharakan suatu yang diperlukan untuk masa susah dan sempit;
- f. Memperoleh kasih sayang Allah;
- g. Memeperoleh hasil yang pasti. Karena setiap doa itu dipelihara dengan baik di sisi Allah maka adakalanya permohonan itu dipenuhi dengan cepat dan adakalanya ditunda di kemudian hari;
- h. Melindungi diri dari bencana;
- i. Menolak bencana atau meringankan tekanannya;
- j. Menjadi perisai untuk menolak bencana
- k. Menolak tipu daya musuh, menghilangkan kegelisahan dan menghasilkan hajat mempermudah kesulitan.<sup>69</sup>

### 3. Psikoterapi

Istilah psikoterapi berasal dari dua kata yaitu “psiko” yang berarti kejiwaan atau mental dan “terapi” yaitu merawat atau mengasuh, sehingga psikoterapi dalam arti sempitnya ialah perawatan mengenai aspek kejiwaan. Perkembangan psikoterapi memasuki awal tahun 60-an ditandai dengan adanya perkembangan psikologis-klinis dan konseling, sebagai salah satu reaksi perubahan di masyarakat.

Psikoterapi adalah proses formal interaksi antara dua orang atau lebih, dengan tujuan perubahan atau penyembuhan. Sekalipun ada perbedaan pendapat mengenai psikoterapi, namun semua sistem dalam psikoterapi berawal dari asumsi mendasar bahwa perilaku manusia dapat dirubah. Psikoterapi adalah suatu cara pengobatan terhadap

---

<sup>68</sup>Rafy Saputri, *Psikologi Islam Tuntutan Jiwa Manusia Modern*, (Jakarta, RajawaliPers, 2009) h. 67-71.

<sup>69</sup> Ahmad Sunarto, *Doa Bersumber dari Al Qur an dan Al Hadits*, (Jakarta: Bintang Terang, 2013), h. 21.



masalah emosional seseorang dengan maksud menghilangkan, mengubah atau menghambat gejala dan sakit yang ada pada diri seseorang tersebut.<sup>70</sup>

Dokter sekaligus filosof muslim pertama kali memfungsikan pengetahuan jiwa untuk pengobatan medis adalah Abu Bakar Muhammad Zakariah Al-Razi. Menurutnya, tugas seorang dokter di samping mengetahui kesehatan jasmani dituntut juga kesehatan jiwa. Maka Razi menyusun dua buku yang terkenal, yaitu *al-Thibb al-Manshuriyah* (kesehatan al-Manshur) yang menjelaskan pengobatan jasmani, dan *al-Thibb al-ruhani* (kesehatan mental) yang menerangkan pengobatan jiwa.<sup>71</sup>

Psikoterapi Islam adalah proses pengobatan dan penyembuhan suatu penyakit, baik itu mental, moral maupun spiritual dengan menggunakan bimbingan al-Quran khususnya zikir, atau secara empirik melalui bimbingan dan pengajaran Allah swt dan rasul-rasulNya.

Rasulullah saw dilihat dari salah satu sisi kehidupannya ialah sebagai konselor dan terapis. Beliau sering memberikan nasihat pada orang yang sedih, cemas, bimbang dan sebagainya. Al-Quran juga menyebutkan tentang perawatan ketegangan mental dan fisik dengan menggunakan cara psikoterapi. Dalam surah Sad ayat 41-42:

وَاذْكُرْ عَبْدًا نَا أَيْؤُبُ إِذْ نَا دَى رَ بَّهَائِي مَسْنِي الشَّيْطَانُ بِئُصْبٍ وَعَذَابٍ (٤١) أُرْ كُضْ بِرَ جِلِكَ هَذَا مُغْتَسَلٌ بَا  
رِدُّ وَ شَرَابٍ (٤٢)

Artinya: “Dan ingatlah hamba Kami Ayyub ketika dia menyeru Tuhannya, “*Sesungguhnya aku diganggu setan dengan Penderitaan dan bencana*”. (Allah berfirman) “*Hentakkanlah kakimu; inilah air yang sejuk untuk mandi dan unuk minum.* (Q.S Sad/38 41-42)

Ibnu Qayyim al-Jauziyah membagi psikoterapi menjadi dua kategori:

- a. *Tabi'yyah* adalah pengobatan secara psikologis terhadap penyakit yang gejalanya dapat diamati dan dirasakan oleh penderitannya dalam kondisi tertentu, seperti kecemasan, kegelisahan, kesedihan, dan amarah. Penyembuhannya dengan menghilangkan sebabnya.
- b. *Syar'iyyah* adalah pengobatan secara psikologis terhadap penyakit yang gejalanya tidak diamati dan tidka dapat dirasakan oleh penderitanya dalam

---

<sup>70</sup> Hamdani Bakran Adz-Dzaky, *Konseling dan Psikoterapi Islam* (Yogyakarta : AlManar, 2008), h. 228.

<sup>71</sup> Abdul Mujib dan Jusuf Mudzakir, *Nuansa-Nuansa Psikologis Islam* (Jakarta : Raja Grafindo Persada, 2002), h. 210

kondisi tertentu, tetapi ia benar-benar penyakit yang berbahaya, sebab dapat merusak kalbu seseorang, seperti penyakit syubut, kebodohan, syahwat dan sebagainya.

## **B. ZIKIR DAN DOA SEBAGAI PSIKOTERAPI PSIKOLOGI**

Sebagai makhluk yang memiliki kesadaran, manusia menyadari adanya problem yang mengganggu kejiwannya. Sejarah mencatat dan upaya manusia untuk mengatasi problema tersebut. Upaya-upaya tersebut ada yang bersifat mistik, irasional, ada juga yang bersifat rasional, kosepsional, dan ilmiah. Pada masyarakat Barat modern atau masyarakat yang mengikuti peradaban Barat yang sekular, solusi yang ditawarkan untuk mengatasi problem kejiwaan itu dilakukan dengan menggunakan pendekatan psikologi yang selalu disebut dengan psikoterapi.<sup>72</sup>

Pada masyarakat Islam pencegahan dan pengobatan problem psikologis seperti yang dialami lebih bersifat religius spiritual, yakni akhlak dan tasawuf. Keduanya menawarkan solusi bahwa manusia itu akan memperoleh kebahagiaan pada zaman apapun, jika hidupnya bermakna. Islam menetapkan tujuan pokok kehadirannya untuk memelihara agama, jiwa, akal, jasmani, harta, dan keturunan. Setidaknya tiga dari yang disebutkan berkaitan dengan kesehatan. Tidak heran jika ditemukan bahwa Islam sangat kaya dengan tuntutan kesehatan. Pengobatan jiwa ini disebut dengan kesehatan mental.<sup>73</sup>

Menurut Yahya Jaya menjelaskan bahwa kesehatan mental menurut Islam yaitu, identik dengan ibadah atau pengembangan potensi diri yang dimiliki manusia dalam rangka pengabdian kepada Allah dan agamanya untuk mendapatkan *al-nafs al-muthmainnah* (jiwa yang tenang dan bahagia) dengan kesempurnaan iman dalam hidupnya. Berdasarkan beberapa pendapat kesehatan mental dalam Islam diartikan sebagai keselamatan dunia dan akhirat dalam bentuk kebaikan dan kebahagiaan.<sup>74</sup>

Menurut Al-Ghazali (salah satu ahli pendidikan dan psikologi Islam) menyatakan seorang yang sehat jiwanya digambarkan dalam konsep insan kamil (manusia paripurna/sempurna). Insan kamil dalam konsep psikologi modern yaitu bisa berlaku di

---

<sup>72</sup>Masganti Sit, *Psikologi Agama*, (Medan: Perdana Mulya Sarana, 2011) h. 154.

<sup>73</sup>*Ibid*, h. 155.

<sup>74</sup>*Ibid*, h. 158.

dunia ini artinya untuk sampai pada kedudukan insan kamil manusia melalui perubahan kualitatif (proses yang sangat panjang) sehingga ia mendekati (*qurb*) Allah dan menyerupai malaikat. Insan Kamil mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Motif utama setiap tindakannya adalah beribadah kepada Allah;
- 2) Senantiasa berzikir (mengingat Allah) dalam menghadapi segala permasalahan;
- 3) Beramal dan berilmu.<sup>75</sup>

Setiap individu dapat dikatakan bahwa tidak akan tercapai atau memiliki mental yang sehat tanpa agama. Di dalam Islam ditegaskan bahwa manusia memiliki fitrah beragama ini menjadikan manusia yang mempunyai naluri beragama yaitu agama tauhid. Tidak ada manusia yang dapat merubah fitrah beragamanya. (Q.S ar-Rum ayat 30)

Agama adalah sebagai terapi kesehatan mental dalam Islam ditunjukkan secara jelas dalam ayat-ayat Al-Qur'an, diantaranya pada Q.S an-Nahl ayat 97:

مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِّنْ ذَكَرٍ أَوْ أَنَّثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيٰوةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴿٩٧﴾

Artinya: *“Barang siapa yang mengerjakan amal saleh, baik laki-laki maupun perempuan dalam keadaan beriman, Maka sesungguhnya akan kami berikan kepadanya kehidupan yang baik dan sesungguhnya akan kami beri balasan kepada mereka dengan pahala yang lebih baik dari apa yang telah mereka kerjakan”*. (Q.S an-Nahl : 97)

Ditekankan dalam ayat tersebut bahwa laki-laki dan perempuan dalam Islam mendapat pahala yang sama dan bahwa amal saleh harus disertai iman. Keimanan dapat menghasilkan ketenangan jiwa yang merupakan salah satu indikasi mental yang sehat. Allah berfirman tentang hubungan iman dengan ketenangan mental dalam al-Qur'an: Artinya: *“Orang-orang yang beriman dan hati nurani mereka menjadi tentram dengan Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram”* (Q.S ar-Ra'd: 28).

Zakiah Darajat berpendapat kehilangan ketentraman batin itu, disebabkan ketidakmampuan menyesuaikan diri, kegagalan, tekanan perasaan, baik yang terjadi di rumah tangga, di kantor atau pun dalam masyarakat. Pada ayat di atas dinyatakan bahwa zikir itu bias membentuk hati manusia untuk mencapai ketentraman. Zikir berasal dari kata

---

<sup>75</sup>Ibid, h. 165.

*zakara* artinya mengingat, memprihatikan, mengena, sambil mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti. Biasanya perilaku zikir diperlihatkan orang hanya dalam bentuk renungan sambil duduk berkamat-kamit. Al-Qur'an member petunjuk bahwa zikir itu bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, zikir bersifat implementasi dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif .

Apabila psikoterapi disandarkan dengan zikir, maka penggunaan zikir dalam memperbaiki jiwa seseorang dan mengubah kepribadian buruk seseorang, menjadi lebih baik dari sebelumnya. Psikoterapi dengan zikir sama halnya dengan psikoreligius bertujuan bukan mengubah keimanan seseorang, melainkan untuk membangkitkan kekuatan spiritualnya. Arti penyembuhan dengan zikir yaitu menunjukkan bahwa al-Quran mampu mejadi penyembuh bagi siapa saja yang meyakiniya yaitu melalui zikir.

Karena dzikir dilakukan oleh lisan dan hati, maka kerjasama antara lisan dan hati dalam hal dzikir ini sangatlah baik, sebab bilamana seseorang telah mengamalkan dan melakukan dengan disiplin, dengan sendirinya akan meningkat menjadi dzikir a" dha" a, artinya seluruh badannya akan terpelihara dari berbuat maksiat kepada Allah swt. Bagi orang yang hatinya telah bening dan jernih akan dapat mengontrol anggota badannya untuk tetap disiplin, ucapannya akan sesuai dengan perbuatannya, lahiriyahnya akan sesuai dengan batiniyyahnya.

Dzikir ditinjau dari sudut Ilmu Kedokteran kontemporer, pengucapan "*Laa Ilaaha Illallah*" dan "*Astaghfirullah*" dapat menghilangkan nyeri dan bisa menumbuhkan ketenangan serta kestabilan saraf. Sebab dalam kedua bacaan dzikir tersebut terdapat huruf jahr<sup>32</sup> yang dapat mengeluarkan CO<sub>2</sub> dari otak. Dalam kalimat "*Laa Ilaaha Illallah*" terdapat huruf jahr yang diulang tujuh kali, yaitu huruf "Lam", dan "*Astaghfirullah*" terdapat huruf "Ghayn", "Ra", dan dua buah "Lam" sehingga ada empat huruf jahr yang harus dilafalkan keras sehingga kalimat dzikir tersebut akan mengeluarkan CO<sub>2</sub> lebih banyak saat udara dihembuskan keluar mulut. Dan CO<sub>2</sub> yang dikeluarkan oleh tubuh tidak mempengaruhi perubahan diameter pembuluh darah dalam otak. Sebab bila proses pengeluaran CO<sub>2</sub> kacau, maka CO<sub>2</sub> yang ke luar juga kacau sehingga menyebabkan pembuluh darah di otak akan melebar berlebihan ketika kadar CO<sub>2</sub> di dalam otak menurun. Sehingga, ditinjau dari ilmu saraf, terdapat hubungan yang erat antara pelafalan huruf (makharij al-huruf) pada bacaan dzikir dengan aliran darah

pernapasan ke luar yang mengandung zat CO<sub>2</sub> dan proses yang rumit di dalam otak pada kondisi fisik atau psikis seseorang.

Doa dan permohonan perlindungan kepada Allah SWT adalah senjata. Kekuatan senjata tidak semata-mata terletak pada ketajamannya, tapi juga pada pemakaiannya. Apabila sangat tajam dan digunakan oleh tangan yang kuat dan tanpa penghalang maka senjata itu akan ampuh menghancurkan musuh. Apabila satu syarat itu hilang maka hilang pulalah pengaruhnya. Demikian pula dalam masalah doa. Jika doa itu sendiri kurang baik atau yang berdoa juga tidak berkonsentrasi, baik hati maupun lidah yang mengucapkannya, atau karena hambatan lain maka doa itu tak akan membekas sama sekali dan doa tidak mendapatkan apa-apa.

Ada beberapa doa-doa untuk psikoterapi dalam islam antara yaitu:

1. Doa menghadapi kesusahan. Dalam *Jami' At-Tirmizi* diriwayatkan dari Annas bahwa Rasulullah SAW apabila merasa sedih karena sesuatu hal, beliau mengucapkan:

يَا حَيُّ يَا قَيُّوْمُ، بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيْثُ

Artinya:”*ya Hayyu Ya Qayyum, dengan tahmat-Mu memohon kesehatan*”

2. Doa untuk orang yang sakit kepala Q.S Al-Fatihah ayat 1-7
3. Diriwayatkan dari Buraidah ra ia berkata: Kalid bin Walid al-Makhzumi ra.

Pernah mengadu kepada Rasulullah SAW: ”wahai Rasulullah SAW semalam aku tidak dapat tidur karena gelisah. “Rasulullah SAW kemudian bersabda:

إِذَا أَوَيْتَ إِلَى فِرَاشِكَ فَقُلْ: اَللّٰهُمَّ رَبَّ السَّمٰوٰتِ السَّبْعِ وَ مَا اَضَلَّتْ, وَ رَبُّ الشَّيَاطِيْنِ وَ مَا اَضَلَّتْ, كُنْ لِيْ جَارًا مِنْ شَرِّ خَلْقِكَ كُلِّهِمْ جَمِيْعًا اَنْ يُّفَرِّطَ عَلٰى اَحَدٍ, اَوْ اَنْ يَّبْغِيْ عَلَيَّ, عَزَّ جَارُكَ, وَ جَلَّ ثَنَاؤُكَ, لَا اِلٰهَ اِلَّا اَنْتَ (رواهالترمذی)

Artinya:”*Jika kamu hendak merebahkan diri di tempat tidur, maka ucapkanlah:*

“ *Ya Allah SWT, Tuhan Penguasa tujuh langit dan segala yang diliputinya, Penguasa Bumi dan segala yang diatasnya, Penguasa para setan dan orang yang telah disesatkan. Jadilah Engkau sebagai penjagaku dan niat buruk seseorang, betapa agung segala puji-mu, dan tiada Tuhan selain-mu, tiada Tuhan selain Engkau*”.

## BAB VIII

### TINJAUAN PSIKOLOGI MENGENAI SHOLAT

#### A. PENGERTIAN SHOLAT

Shalat menurut pengertian bahasa adalah doa. Pengertian ini terlihat antara lain terlihat dari firman Allah;

وَصَلِّ عَلَيْهِمْ إِنَّ صَلَاتَكَ سَكَنٌ لَهُمْ<sup>76</sup>

. . . dan doa-kanlah mereka, karena doa-mu merupakan ketentraman bagi mereka.(QS at-Taubah: 103).<sup>76</sup>

Shalat menurut pengertian istilah ialah suatu ibadah yang mengandung perkataan dan perbuatan tertentu yang di mulai dengan takbir dan di sudahi dengan salam.<sup>77</sup> Shalat di syariatkan pada malam isra' mi'raj. Hukumnya fardhu 'ain bagi setiap muslim yang mukallaf, yang di tetapkan dengan dalil Al-Qur'an, sunnah dan ijma'. Ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan shalat antara lain adalah:

وَمَا أُمِرُوا إِلَّا لِيَعْبُدُوا اللَّهَ مُخْلِصِينَ لَهُ الدِّينَ حُنَفَاءَ وَيُقِيمُوا الصَّلَاةَ وَيُؤْتُوا الزَّكَاةَ ۚ وَذَلِكَ دِينُ الْقَيِّمَةِ

“Padahal mereka tidak di perintah melainkan supaya mereka menyembah Allah dengan mengikhlaskan diri karena-Nya, mereka menjauhi kesesatan, dan (supaya) mereka mendirikan shalat dan member zakat karena yang demikian itulah agama yang lurus.”(QS.al-Bayyinah:5).<sup>78</sup>

فَأَقِمْ وَ الصَّلَاةَ وَآتُوا الزَّكَاةَ وَاعْتَصِمُوا بِاللَّهِ هُوَ مَوْلَاكُمْ فَنِعْمَ الْمَوْلَى وَنِعْمَ النَّصِيرُ

“Maka dirikan olehmu shalat dan bayarkanlah zakat ,dan berpegang teguhlah dengan (agama) Allah. Ia Tuhan kamu, malah sebaik-baik tuhan dan sebaik-baik penolong.”(QS.al-Hajj:78).<sup>79</sup>

إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَى الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْقُوتًا

“Sesungguhnya shalat bagi orang-orang yang beriman mempunyai ketentuan waktu.”(QS an-Nisa:103).<sup>80</sup>

<sup>76</sup> Departemen Agama RI, Al-Qur'an dan Terjemah, (Jakarta: CV. Penerbit J-Art, 2005), QS. At-Taubah ayat 103 hlm.

<sup>77</sup> Sayid sabiq, Fiqh al-sunnah, jilid 1, (Beirut : Dar al-Fikr, 1983), hlm.78

<sup>78</sup> Ibid, QS. Al-Bayyinah ayat 5, hlm. 598

<sup>79</sup> Ibid., QS. Al-Hajj ayat 78, hlm. 341

<sup>80</sup> Ibid., QS. Al-Maidah ayat 103, hlm. 125

Adapun dalil sunnah antara lain sebagai berikut:

عَنْ ابْنِ عُمَرَ عَنِ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ بُنِيَ الْإِسْلَامُ عَلَى خَمْسٍ عَلَى أَنْ يُعْبَدَ اللَّهُ وَيُكْفَرَ بِمَا دُونَهُ وَإِقَامُ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءُ الزَّكَاةِ وَحَجُّ الْبَيْتِ وَصَوْمُ رَمَضَانَ

“Dari Ibnu Umar Radhiyallahu ‘anhuma, dari Nabi Shallallahu ‘alaihi wa sallam, beliau bersabda: “Islam dibangun di atas lima (tonggak): beribadah kepada Allah dan mengingkari (peribadahan) kepada selainNya, menegakkan shalat, membayar zakat, haji dan puasa Ramadhan”. [HR Muslim, no. (16)-20].

## B. DIMENSI PSIKOLOGI SHOLAT

Sholat dalam dimensi psikologi dapat ditinjau dari berbagai aspek yang dapat memberi dampak positif bagi orang yang melakukannya, yakni bagi jiwa atau tingkah laku. Ibadah sholat memiliki dua dimensi, yaitu dimensi individual dan dimensi sosial. Dimensi individual adalah bagaimana sholat itu dijadikan sarana untuk berkomunikasi secara individu dengan Allah SWT. Dimensi sosial adalah bagaimana sholat membawa dampak positif bagi lingkungan sosial masyarakat dimana individu itu berada.

### 2.3 Dimensi Psikologi Sholat dari Aspek Keagamaan

#### 1. Shalat merupakan Mi'raj seorang Mukmin

Kita menyaksikan betapa nabi Muhammad saw. memiliki suatu kesempatan berdialog dengan Tuhannya. Dialog suci sewaktu menghadap Tuhan itu adalah suatu peristiwa penting yang menjadi inti perjalanan suci Ilahiyah, untuk menerima salat lima waktu dalam sehari semalam.

Dialog antara hamba dengan Tuhannya, merupakan karunia yang paling besar, diantara semua karunia yang diberikan kepada makhluk-Nya di bumi, kita tidak dapat mengukur karunia tersebut menurut ukuran dunia, pengalaman itu rupanya dimiliki Muhammad saw. Namun demikian, Allah akan memberikan karunia semacam ini, meskipun dalam bentuk yang lain kepada umat yang beriman. Kita akan merasakan situasi dialog antara kita sebagai hamba dengan Tuhan yaitu lewat ibadah shalat kita. Karena Shalat adalah tempat kita berdialog dan berbisik dengan Tuhan. Rasulullah saw. bersabda:

إِنَّ أَحَدَكُمْ إِذَا قَامَ فِي صَلَاتِهِ فَإِنَّهُ يُنَاجِي رَبَّهُ أَوْ إِنَّ رَبَّهُ بَيْنَهُ وَبَيْنَ الْقِبْلَةِ

“ Sesungguhnya seorang kamu apabila ia berdiri waktu shalat ia berbicara dengan Tuhannya atau tuhan ada antara dia dengan kiblat.

Sebagai orang yang senantiasa melaksanakan ibadah shalat, sudahkah kita Mi'raj! Kapan kita menciptakan kondisi berdialog dan berkomunikasi langsung dengan Tuhan kita. Sewaktu akan Takbiratul Ihram, terasalah kita berhadapan dengan Dzat yang Maha sempurna. Mulailah kita ucapkan Allahu Akbar berarti Allah Maha Besar kita mengagungkan-Nya, kemudian Alhamdulillahirabbil 'alamin berarti “ segala puji-pujian hanya kepada Allah, Tuhan sekalian alam”, kita memuji-Nya. Dan kita ucapkan beberapa ucapan permohonan. Tuhan pun menjawab apa yang kita ucapkan, maka terciptalah dialog antara hamba dengan khaliq.

Seperti inilah kita seakan membuka pintu mi'raj. Padahal hanya Nabi Muhammad saw saja yang pernah membuka pintu mi'raj dalam sejarah manusia. Bila saja situasi begini dapat tercipta, tentu suatu kenikmatan tersendiri bagi kita yang beriman.<sup>81</sup>

## 2. Nilai dan kedudukan shalat

Shalat memiliki suatu posisi dan kedudukan khusus dalam pembinaan manusia. Sekiranya kita memilah-milah peringkat dan posisi masing-masing tuntunan agama, maka shalat berada pada peringkat tertinggi. Shalat memiliki suatu nilai dan kedudukan yang amat tinggi yang tidak mampu di capai oleh berbagai amal ibadah lainnya.

Imam Ja'far Shadiq berkata, “ Tatkala seseorang berdiri untuk melaksanakan shalat, rahmat Allah akan turun dari langit kepadanya dan para malaikat mengelilinginya seraya mengatakan, ‘Jika orang yang shalat ini mengetahui nilai shalat, maka ia tidak mungkin akan meninggalkan shalat’.

Pada malam mi'raj, Allah SWT menunjukkan kepada Nabi saw. berbagai hakikat da kenyataan yang diantaranya adalah salat yang berbentuk sekumpulan cahaya yang terdiri dari 40 macam cahaya da menerangi sekeliling arsy (singgasana) Allah SWT. Karena itulah maka Rasulullah saw. bersabda “ Salat adalah Cahaya”.

Dengan demikian, seseorang yang telah gemar dan senang dengan shalat, akan senantiasa diliputi oleh cahaya, sedangkan orang yang jauh dari shalat, akan jauh dari cahaya dan tenggelam dalam kegelapan.

## 3. Shalat adalah seluruh agama

---

<sup>81</sup> M. Zainul Arifin, *Shalat Mikraj Kita* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2002), hlm 2



Seluruh ajaran agama terkumpul dalam salat, dan pada hakikatnya salat merupakan penjelmaan sejati agama. Karena itulah maka dikatakan bahwa barang siapa yang tidak mengerjakan salat maka ia tidak beragama, dan orang yang beragama adalah orang yang melaksanakan salat. Kemungkinan dikarenakan inilah maka Rasulullah saw menjadikan salat sebagai standar dan tolak ukur bagi keimanan dan kekufuran. Dan beliau saw. Bersabda bahwa barang siapa yang meninggalkan salat, maka ia telah menghancurkan agamanya:

“shalat itu adalah tiang agama, barang siapa yang meninggalkannya, maka ia telah meruntuhkan agama.”

“barang siapa yang dengan sengaja meninggalkan salat, maka ia telah menjadi orang kafir.”

Jika agama kita di ibaratkan semacam kemah yang melindungi kebahagiaan manusia, dan manusia dalam upaya meraih kebahagiaan ia berlindung dibawah kemah tersebut, maka salat merupakan tiang penyangga kemah itu. Dan jika tidak ada tiang penyangga, pasti kemah tidak akan dapat berdiri. Dengan demikian, selama tidak ada tiang salat, maka tidak ada kemah agama, dan ini merupakan suatu perumpamaan yang ada pada sabda Rasulullah saw. Salat juga merupakan tanda kesejatan dan kekekalan agama, jika tidak ada salat maka tidak dapat di ketahui antara agama yang hak (benar) dan agama yang bathil (menyimpang).

Amirul Mukminin Imam Ali bin Abi Thalib mengatakan,”... dan dirikanlah salat, karena salat itu inti agama. Dengan demikian, maka salat adalah agama dan agama adalah salat.

#### 4. Shalat merupakan kewajiban Ilahi Pertama

Perlu diketahui bahwa shalat bukan hanya merupakan perintah dan tuntutan Ilahi yang paling penting dan paling berpengaruh, namun ia juga merupakan hukum pertama yang diwajibkan oleh Allah kepada para hamba-Nya. Sebagaimana yang di sabdakan oleh Rasulullah saw., “sesungguhnya kewajiban pertama yang diwajibkan oleh Allah SWT kepada para hamba-Nya adalah shalat, dan akhir kewajiban yang tidak akan gugur hingga seseorang berada di ambang kematian adalah shalat”. Di karenakan pentingnya shalat, maka ia dijadikan sebagai tuntutan dan perintah Ilahi yang pertama.

#### 5. Shalat merupakan Amal Paling Baik yang Naik ke sisi Allah

Amal baik dan terpuji dalam agama jumlahnya cukup banyak, dan setiap amal baik memiliki suatu pengaruh khusus, dan seluruh kewajiban Ilahi masing-masing memiliki suatu nilai tertentu yang ditentukan oleh agama. Shalat lebih bernilai dan lebih diutamakan dari berbagai ibadah lainnya. Rasulullah saw bersabda, “Amalan pertamamereka (manusia) yang diangkat (ke sisi Allah) adalah shalat lima waktu.

Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa shalat merupakan amalan yang pertama kali di bawa di sisi Allah dan merupakan amal terbaik dan di karenakan posisinya yang tinggi dalam agama, maka banyak penegasan dalam ayat dan hadits agar mementingkan dan memperhatikan shalat. Sebagaimana yang di sabdakan oleh Rasulullah saw, “Tampilkanlah seluruh tuntutan Islam, baik yang besar maupun yang kecil, tetapi hendaklah semangat terbesarmu adalah pada shalat”.

#### 6. Shalat merupakan sarana terpenting untuk mendekatkan diri kepada Allah

Salah satu keistimewaan shalat atas berbagai amal ibadah dan tuntunan agama lainnya adalah bahwa ia merupakan sarana terpenting dalam mendekatkan diri kepada Allah SWT. Penjelasan dan pernyataan yang ada dalam berbagai nas agama menunjukkan bahwa pengaruh shalat jauh lebih banyak dan lebih tinggi dari ibadah lainnya. Dalam Riwayat dari Imam Musa al Khazim disebutkan, “Sesuatu yang paling utama bagi seorang hamba dalam mendekatkan diri kehadirat Allah setelah mengenal-Nya adalah shalat”.

Dari penjelasan ini dapat ditarik dua kesimpulan; pertama, manusia memerlukan kedekatan dengan Allah SWT agar ia mampu meraih kesempurnaan; kedua, tanpa sarana pendekatan ini, manusia tidak akan mencapai kesempurnaan. Dalam melakukan perjalanan dan pengembaraan rohani, manusia memerlukan kendaraan, dan sebaik-baik kendaraan yang akan mengantarkan manusia ke hadirat Allah SWT adalah shalat. Dalam hal ini, Rasulullah saw. bersabda, “Salat adalah mi’raj-nya seorang Mukmin”.<sup>82</sup>

### 2.4 Dimensi Psikologi Sholat dari Aspek Pendidikan

Sholat merupakan hal yang harus dilakukan sebagai umat islam. Sholat merupakan kewajiban yang tidak boleh ditinggalkan oleh umat islam, karena sholat adalah salah satu bentuk sikap penghambaan oleh seorang hamba kepada Tuhannya. Setiap hari sholat, namun apa yang diperoleh dari rutinitas sholat?

---

<sup>82</sup> Musthafa Khalili, Berjumpa Allah dalam Sholat, (Jakarta: Zahra Publishing House, 2007), hlm105

Tanpa kita sadari bahwasannya dalam sholat terdapat banyak pelajaran atau unsur pendidikan yang dapat diambil untuk dijadikan sebagai pedoman dan alat untuk muhasabah dalam kehidupan.

Ada beberapa unsur pendidikan dalam sholat,yaitu :

### 1. Mendidik Sikap Kepemimpinan

Dalam suatu masyarakat pasti akan ada seorang pemimpin di dalamnya, sama halnya dengan sholat. Dalam melaksanakan sholat terutama sholat berjamaah, dapat dipastikan pada saat itu sekumpulan atau beberapa orang akan melaksanakan suatu peribadatan yakni sholat kepada Allah SWT secara bersama-sama dengan dipimpin oleh satu orang yang disebut sebagai imam sholat. Sholat mengajarkan untuk menjadi pemimpin. Menjadi pengatur dan pemimpin bagi diri sendiri sekaligus pelajaran bagaimana menjadi pemimpin untuk orang lain.<sup>83</sup>

### 2. Mendidik Sikap Disiplin

Dalam surat An-Nisa' ayat 103 Allah berfirman :

فَإِذَا قُضِيَتْ الصَّلَاةُ فَادْكُرُوا اللَّهَ قِيَامًا وَقُعُودًا وَعَلَىٰ جُنُوبِكُمْ ۚ فَإِذَا اطْمَأْنَنْتُمْ فَأَقِيمُوا الصَّلَاةَ ۚ إِنَّ الصَّلَاةَ كَانَتْ عَلَىٰ  
الْمُؤْمِنِينَ كِتَابًا مَوْفُورًا

Artinya :”Maka apabila kamu telah menyelesaikan shalat(mu), ingatlah Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring. Kemudian apabila kamu telah merasa aman, maka dirikanlah shalat itu (sebagaimana biasa). Sesungguhnya shalat itu adalah kewajiban yang ditentukan waktunya atas orang-orang yang beriman.” (An-Nisa’ : 103)

Di ujung surat ini dipesankan bahwa sholat/sembahyang itu diperintahkan oleh Tuhan, diwajibkan oleh Tuhan menurut waktu yang telah ditentukan. Kerjakanlah sholat menurut waktu sehari semalam : subuh, dhuhur, ashar, maghrib, dan isya’.<sup>84</sup> Secara tersirat ayat tersebut menjelaskan bahwa dalam melaksanakan sholat terdapat unsur pendidikan yakni sikap disiplin. Sikap disiplin ini diperoleh dari ketepatan waktu dalam melaksanakan sholat.

### 3. Mendidik Sikap Tanggung Jawab

Sholat adalah kewajiban yang harus dikerjakan oleh setiap muslim. Sehingga hal ini menjadikan sholat sebagai salah satu bentuk tanggung jawab yang dimiliki oleh setiap

---

<sup>83</sup> Salman Ar-Raisy, Success With Shalat, (Yogyakarta: Pro-You, 2008), hlm.212

<sup>84</sup> Hamka, Tafsir Al-Azhar Juz V, (Jakarta: Pustaka Panjimas,1983), hlm. 256

muslim. Tanggung jawab merupakan keadaan dimana seseorang wajib menanggung segala sesuatunya yakni apabila terjadi apa-apa boleh dituntut, dipersalahkan atau diperkarakan. Sholat pun juga demikian, jika ada orang yang meninggalkan sholat, maka kelak di hari akhir akan dituntut oleh Allah karena sholat merupakan kewajiban yang memang sudah menjadi kewajiban yang harus ditanggung oleh setiap muslim.

#### 4. Mendidik untuk Menjaga Kebersihan

Sebelum melaksanakan sholat, terlebih dahulu melakukan ritual pembersihan diri yakni wudhu. Wudhu secara bahasa berarti keindahan dan kecerahan.<sup>85</sup> Wudhu merupakan salah satu syarat sahnya sholat, sehingga tidak akan sah sholat seorang muslim sebelum suci dari hadats yakni dengan berwudhu. Dalam Al-Qur'an Allah berfirman :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قُمْتُمْ إِلَى الصَّلَاةِ فَاغْسِلُوا وُجُوهَكُمْ وَأَيْدِيَكُمْ إِلَى الْمَرَافِقِ وَامْسَحُوا بِرُءُوسِكُمْ وَأَرْجُلَكُمْ إِلَى الْكَعْبَيْنِ  
Artinya : “ Hai orang-orang yang beriman, apabila kamu hendak mengerjakan sholat, maka basulah mukamu dan tanganmu sampai siku, lalu sapulah kepalamu, dan basulah kedua kakimu sampai mata kaki .... “ (Al Maidah:6)

Dari ayat diatas dijelaskan bahwa seorang muslim hendaknya menjaga kebersihan diri sebelum menghadap Tuhannya. Selain menjaga kebersihan diri juga harus menjaga kebersihan tempat yang akan digunakan untuk sholat. Hal ini mengajarkan betapa pentingnya menjaga kebersihan. Jika kebersihan selalu terjaga maka pengaruhnya juga akan baik seperti kesehatan dan kejiwaan. Karena dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat.

Menjaga kebersihan disini tidak hanya menjaga kebersihan diri saja, melainkan juga menjaga kebersihan lingkungan yang ada di sekitar. Jika seseorang telah menjaga sholatnya, seharusnya ia juga mengaplikasikan sesuatu yang terkandung di dalamnya pada kehidupan sehari-hari, yakni dengan menerapkan hadits *النظافة من الإيمان*

#### 5. Mendidik Agar Seseorang Bisa Fokus Terhadap Sesuatu

Dalam sholat hendaknya dilakukan secara khusyu'. Khusyu' akan diperoleh jika kita mampu memfokuskan diri ketika sholat yakni memfokuskan diri kepada Allah. Dengan sholat yang khusyu' kita akan merasakan kedekatan dengan Allah serta merasakan kenikmatan sholat.

---

<sup>85</sup> Saifuddin Mujtaba, *Sucikan Tubuh Anda*, (Jember: H.I Press, 2003), hlm.18

Sebagaimana firman Allah :

قَدْ أَفْلَحَ الْمُؤْمِنُونَ  
الَّذِينَ هُمْ فِي صَلَاتِهِمْ خَاشِعُونَ

Sesungguhnya beruntunglah orang-orang yang beriman,  
(yaitu) orang-orang yang khusyuk dalam shalatnya,  
(QS. Al Mu'minun : 1-2)

Dari kekhusyu'an ini kita bisa mengambil pelajaran bahwa jika ingin meraih sesuatu maka harus memfokuskan diri pada apa yang diinginkan agar tercapai. Fokus disini tidak berarti hanya melakukan satu hal yang diinginkan saja tanpa memperdulikan hal-hal lain yang perlu dilakukan. Contohnya : jika seorang pengusaha ingin bisnisnya sukses maka harus fokus terhadap bisnis yang dijalankan. Namun jangan melupakan unsur-unsur pendukung lainnya dalam berbisnis seperti berdo'a.

#### 6. Mendidik Untuk Memiliki Sifat Sabar

Orang-orang yang menjalankan ibadah sholat adalah termasuk orang-orang yang sabar. Karena dalam menjalankan ibadah sholat membutuhkan kesabaran. Seseorang yang tidak memiliki kesabaran tidak akan tahan berlama-lama sholat. Meskipun standart diterima atau tidaknya sholat bukan dilihat dari lama atau tidaknya waktu sholat. Sabar dalam sholat itu seperti menunggu iqomah serta sabar dalam melaksanakan rukun-rukun sholat secara tertib dan tuma'ninah tanpa terburu-buru. Sholat itu merupakan ibadah yang berat untuk dijalankan, sehingga sholat perlu disertai kesabaran sebagaimana firman Allah :

وَاسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ

Artinya : “ dan mohonlah pertolongan (kepada Allah) dengan sabar dan sholat. Dan (sholat) itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyu'.” (QS. Al-Baqarah : 45)

### 2.5 Dimensi Psikologi Sholat dari Aspek Perubahan Tingkah Laku

Di dalam agama Islam, shalat merupakan suatu hal yang diwajibkan kepada semua umat-Nya yang mana shalat ini memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan manusia dan menjadi penentu kedekatan seorang makhluk kepada tuhan-Nya. Sholat bertujuan untuk lebih mendekatkan diri kepada pencipta-Nya sebab sholat merupakan media komunikasi antara seorang makhluk dan penciptanya. Dengan sholat batinnya

akan terus ingat akan tuhan yang nantinya akan mencegah pelaku shalat untuk berbuat apa yang dilarang oleh tuhan.

Sesungguhnya ucapan shalat yang dibaca penuh pengertian, pemahaman dan penghayatan, akan menggerakkan hati sesuai dengan bacaan-bacaan yang diucapkan (hadir hati).<sup>86</sup>

Sebagaimana yang telah dipaparkan, shalat mampu mencegah manusia dari perbuatan buruk. Al-Qur'an dan sunnah juga menegaskan bahwa shalat merupakan faktor yang dapat mencegah manusia dari perbuatan keji dan mungkar. Dengan adanya penjelasan bahwa shalat satu-satunya dzikirullah, yang memiliki semua pengaruh tersebut (mencegah manusia dari perbuatan buruk). Maka muncul suatu pertanyaan, yaitu: mengapa sebagian manusia khususnya remaja sekalipun mereka telah rajin mengerjakan shalat, namun tidak disaksikan dampak dan pengaruh shalat mereka dalam kehidupan mereka Al-Qur'an mengatakan "... Dan dirikanlah shalat, sesungguhnya shalat itu mencegah dari (perbuatan-perbuatan) keji dan munkar" , lalu mengapa sebagian besar orang yang melakukan shalat secara teratur dan rutin, mereka tetap saja tercemari oleh berbagai macam perbuatan dosa? Jika shalat dapat menyinari menyucikan hati, bagaimana mungkin hati yang suci dan bersih itu dapat menerima kotoran dan perbuatan keji?

Pengaruh shalat senantiasa ada pada diri pelaku shalat. Dengan demikian, pandangan yang mengatakan bahwa pengaruh shalat dalam mencegah pelaku shalat melakukan perbuatan keji adalah mutlak, yakni pengaruh ini universal dan sinambung, tetapi dalam batasan potensi bukan dalam bentuk sebab yang sempurna. Dan untuk menjadikan pengaruh potensial itu actual, maka seseorang harus menyapu berbagai penghalang yang ada, sehingga pengaruhnya menjadi jelas dan nyata.

Dengan demikian, maka tidak adanya pengaruh untuk dapat menjauhi berbagai perbuatan dan akhlak yang tercela dikarenakan adanya berbagai rintangan yang menghalangi pengaruh tersebut. Oleh karena itu, tatkala shalat yang senantiasa dikerjakan oleh seseorang tidak memberikan pengaruh dan hasil, maka tidak diragukan lagi bahwa dalam diri si pelaku shalat masih terdapat banyak halangan dan rintangan

---

<sup>86</sup> M. Zainul Arifin. Shalat Mikhraj Kita, (Jakarta:PT Grafindo Persada, 2002), hlm. 29

yang pada awalnya ia harus mengetahui bentuk rintangan tersebut kemudian berusaha untuk menghilangkannya.<sup>87</sup>

## **2.6 Dimensi Psikologi Sholat dari Aspek Finansial/Keuangan**

Dari segi keuangan atau rezeki sholat juga mempunyai peran aktif atau peran yang sangat penting. Dengan adanya kita mengerjakan sholat, maka akan memudahkan pula rezeki kita. Namun pada zaman sekarang ini banyak orang yang tidak menyadari hal ini. Sering kita perhatikan fenomena yang terjadi di tengah-tengah kita, karena sibuk dengan urusan dunia, baik itu kesibukan rumah tangga, bisnis atau karir sampai-sampai lupa dengan satu hal yang mana itu bersifat wajib dikerjakan bagi setiap umat islam yaitu sholat. Bahkan tidak sedikit masyarakat ibukota yang tidak pernah bertemu dengan anaknya hanya karena urusan dunianya sehingga anak tersebut juga tidak begitu tahu tentang sholat. Maka dalam hal ini wajar seandainya mereka tidak mendapati keberkahan hidup. Mungkin uang melimpah akan tetapi dengan tidak berkahnya uang tersebut dan hidupnya juga tidak mendapati keberkahan sehingga banyak penyakit atau coba'an yang menimpa sehingga membuat uang tersebut tidak bertahan lama. Untuk itu sangat penting sekali sholat dalam hal ini.<sup>88</sup>

Akan tetapi dalam hal ini bukan berarti kita mengerjakan sholat berharap mendapatkan rezeki, bukan beribadah karena Allah, hal ini adalah pendapat seseorang yang mempunyai fikiran sempit. Memang pada hakikatnya semua ibadah itu diniatkan hanya karena Allah, akan tetapi dalam hal ini kita hanya mengharap apa yang telah dijanjikan oleh-Nya. Karena hanya kepada Allah lah kita meminta dan berharap.<sup>89</sup>

Dalam QS. At-Taubat : 54 Allah berfirman:

وَمَا مَنَعَهُمْ أَنْ تُقْبَلَ مِنْهُمْ نَفَقَاتُهُمْ إِلَّا أَنَّهُمْ كَفَرُوا بِاللَّهِ وَرَسُولِهِ وَلَا يَأْتُونَ الصَّلَاةَ إِلَّا وَهُمْ كُسَالَىٰ وَلَا يُنْفِقُونَ إِلَّا وَهُمْ كَارَهُونَ

Artinya : “dan yang menghalang-halangi infak mereka untuk diterima adalah mereka kafir (ingkar) kepada Allah dan Rasul-Nya, dan mereka tidak melaksanakan sholat, melainkan malas dan tidak (pula) menginfakkan (harta) mereka, melainkan dengan rasa enggan (terpaksa)”

---

<sup>87</sup> Musthafa Khalili, Berjumpa Allah dalam Sholat, (Jakarta: Zahra Publishing House, 2007), 79

<sup>88</sup> Setia furqon Kholid, Muda Karya Raya, (Bandung : Rumah Karya Publishing, 2014), hlm. 139

<sup>89</sup> Ippho 'Right' Santosa, 7 keajaiban Rezeki, (Jakarta : PT Elex Media Komputindo, 2010), hlm.114

Dalam ayat ini telah dijelaskan bahwa penyebab penolakan terhadap nafkah atau rezeki ada tiga faktor yang salah satunya yaitu tidak melaksanakan sholat. Allah tidak akan memperlancar atau mempermudah rezeki seseorang apabila ia tidak melaksanakan sholat. Karena sholat juga termasuk dari rukun islam dan bagi kita seorang muslim wajib untuk mengerjakannya.<sup>90</sup>

Dalam hal ini ada beberapa sholat yang dapat memperlancar atau mempermudah rezeki kita, yaitu sholat sunnah. Sholat sunnah sangatlah dianjurkan, karena ada banyak faedah yang terkandung di dalamnya. Diantara sholat sunnah tersebut adalah :

#### 1. Sholat Dhuha

Sholat dhuha adalah salah satu sholat yang dianjurkan oleh Allah SWT dan Rasul-Nya. Sholat sunnah ini dilakukan seorang muslim pada waktu dhuha. Tiba saat matahari mulai naik, kira-kira tujuh hasta sejak terbitnya. Atau sekitar pukul tujuh pagi hingga waktu dzuhur. Jumlah rakaat sholat dhuha adalah dua hingga dua belas rakaat.

Meskipun sholat ini bernilai sunnah, sholat ini mengandung manfaat yang sangat besar bagi umat islam. Rasulullah SAW bersabda di dalam hadits Qudsi, “Allah SWT berfirman, wahai anak Adam, jangan sekali-kali engkau malas mengerjakan empat rakaat sholat dhuha karena dengan sholat tersebut, Aku cukupkan kebutuhanmu pada sore harinya.” (H. R. Hakim dan Tabrani).

#### 2. Sholat Tahajjud

Sholat sunnah ini sangatlah berkaitan dengan sholat sunnah di atas. Sholat ini biasanya dilakukan di tengah malam atau disepertiga malam, dengan jumlah rakaat minimal dua rakaat. Keterkaitan kedua sholat tersebut adalah, dalam sebuah prediksi telah dijelaskan bahwa ketika kita melaksanakan sholat dhuha maka di situ kita diibaratkan dengan menanam sebuah pohon di pagi hari, dan ketika kita melaksanakan sholat tahajjud di malam harinya maka diibaratkan dengan kita memetik buah dari pohon yang telah kita tanam pada pagi hari tersebut.

Dari penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa, dengan kita menambah sholat tahajjud di malam harinya maka akan lebih memperlancar rezeki kita. Karena dalam sebuah hadits Qudsi telah dijelaskan bahwa Allah sendiri yang akan turun melihat para hamba-Nya yang berada pada waktu itu. Siapa yang berdo'a, meminta kepada Allah

---

<sup>90</sup> M. Quraish Hidayat, Tafsir Al-Misbah: kesan, pesan, dan keserasian Al qur'an Vol.5 ( Jakarta : Lentera Hati, 2002), hlm. 622



maka Allah akan mengabulkannya, barang siapa yang memohon ampun, maka Allah akan mengampuninya.

## **BAB IX**

### **KONSEP KEPRIBADIAN DAN FITRAH DALAM PSIKOLOGI AGAMA**

#### **A. KONSEP KEPRIBADIAN**

##### **1. Pengertian dan Teori Kepribadian**

Kepribadian dalam bahasa Arab disebut as-syakhshiyyah, berasal dari kata syakhshun, artinya orang atau seseorang atau pribadi. Kepribadian bisa juga diartikan identitas seseorang (haqqiqatus syakhsh). Kepribadian atau syakhshiyyah seseorang dibentuk oleh cara berpikirnya (aqliyah) dan caranya berbuat untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan atau keinginan-keinginannya (nafsiyah).<sup>91</sup>

Kepribadian adalah metode berpikir manusia terhadap realita. Kepribadian juga merupakan kecenderungan-kecenderungan manusia terhadap realita. Dan dengan arti yang lain, kepribadian manusia adalah pola pikir dan pola jiwanya.<sup>92</sup>

Istilah-istilah yang dikenal dalam kepribadian adalah :

1. Mentality, yaitu situasi mental yang dihubungkan dengan kegiatan mental atau intelektual.
2. Personality, menurut wibters dictionary, adalah:
  - a. The totality of personality's characteristic
  - b. An integrated group of constitution of trends behavior tendencies act.
3. Individuality, adalah sifat khas seseorang yang menyebabkan seseorang mempunyai sifat berbeda dari orang lain.
4. Identity, yaitu sifat kedirian sebagai suatu kesatuan dari sifat-sifat mempertahankan dirinya terhadap sesuatu dari luar (unity and persistence of personality).<sup>93</sup>

Berdasarkan pengertian dari kata-kata tersebut, beberapa ahli mengemukakan definisinya sebagai berikut :

- a. Woodworth : kualitas dari seluruh tingkah laku seseorang

---

<sup>91</sup> Syekh Taqiuddin An Nabhani, As Syakhshiyyah Al Islamiyyah, jilid I , hlm. 5

<sup>92</sup> Bambang Syamsul Arifin, Psikologi Agama, (Bandung: Pustaka Setia, 2008). 241

<sup>93</sup> Prof.Dr.H.Jalaluddin.(1996). psikologi agama. Jakarta: rajawali pers hal: 177

- b. Morrison : keseluruhan dari apa yang dicapai seseorang individu dengan jalan menampilkan hasil-hasil kultural dari evolusi sosial.
- c. C.H. Judd : hasil lengkap serta merupakan suatu keseluruhan dari proses perkembangan yang telah dilalui individu.

Wetherington menyimpulkan bahwa kepribadian mempunyai ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Manusia karena keturunannya mula sekali hanya merupakan individu dan kemudian barulah merupakan suatu pribadi karena pengaruh belajar dan lingkungan sosialnya
- 2) Kepribadian adalah istilah untuk menyebutkan tingkah laku seseorang secara terintegrasi dan bukan hanya beberapa aspek saja dari keseluruhan itu
- 3) Kata kepribadian menyatakan pengertian tertentu saja yang ada pada pikiran orang lain dan isi pikiran itu ditentukan oleh nilai perangsang sosial seseorang
- 4) Kepribadian tidak menyatakan sesuatu yang bersifat statis, seperti bentuk badan atau ras, tetapi menyertakan keseluruhan dan kesatuan dari tingkah laku seseorang
- 5) Kepribadian tidak berkembang secara pasif saja, setiap orang mempergunakan kapasitasnya secara aktif untuk menyesuaikan diri kepada lingkungan sosial.<sup>94</sup>

## **2. Tipe-Tipe Kepribadian**

Secara garis besarnya pembagian tipe kepribadian manusia ditinjau dari berbagai aspek antara lain:<sup>95</sup>

### **1. Aspek Biologis**

Yang mempengaruhi tipe kepribadian seseorang ini didasarkan atas konstitusi tubuh dan bentuk tubuh yang dimiliki seseorang. Adapun para ahli yang mengemukakan teorinya berdasarkan aspek biologis ini diantaranya:

#### **a. Hippocrates dan Galenus**

Mereka berpendapat, bahwa yang mempengaruhi tipe kepribadian seseorang adalah jenis cairan tubuh yang paling dominan.

---

<sup>94</sup> Jalaluddin. Psikologi Agama. (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005), Ed. Rev 9. 175.

<sup>95</sup> Bambang Syamsul Arifin, Psikologi Agama, (Bandung: Pustaka Setia, 2008). 242

b. Kretchmer

Dalam pembagian tipe wataknya Kretchmer mendasarkan pada bentuk tubuh seseorang.

c. Sheldon

Sheldon membagi tipe kepribadian berdasarkan dominasi lapisan yang berbeda dalam tubuh seseorang.

2. Aspek Sosiologis

Didasarkan kepada pandangan hidup dan kualitas sosial seseorang. Yang mengemukakan teorinya berdasarkan aspek sosiologi ini antara lain.

a. Edward Spranger

Ia berpendapat bahwa kepribadian seseorang ditentukan oleh pandangan hidup mana yang dipilihnya.

b. Muray

Muray membagi tipe kepribadian menjadi 4 yaitu:

- 1) Tipe teoritis
- 2) Tipe Humanis
- 3) Tipe Sensasionis
- 4) Tipe Praktis

c. Fritz Kunkel

Kunkel membagi tipe kepribadian menjadi:

- 1) Tipe Sachelichkeit, yaitu tipe orang yang banyak menaruh perhatian terhadap masyarakat.
- 2) Tipe Ichhaftigkeit, yaitu tipe orang yang lebih banyak menaruh perhatian kepada kepentingan diri sendiri.

Menurut F. Kunkel antara sachelichkeit dan ichhaftigkeit berbanding balik. Jika seseorang memiliki sachelichkeit yang besar, maka ichhaftigkeitnya menjadi kecil dan sebaliknya.

3. Aspek Psikologis

Menurut prof. Heyman mengemukakan bahwa dalam diri manusia terdapat tiga unsur: emosionalitas, aktivitas, dan fungsi sekunder (proses pengiring). Menurut Carl Gustav Jung manusia terbagi menjadi dua, yaitu : tipe

extrovert (orang yang terbuka dan banyak berhubungan dengan kehidupan nyata), tipe introvert (orang yang tertutup dan cenderung kepada berpikir dan merenung).<sup>96</sup>

### 3. Hubungan Kepribadian dan Sikap Keagamaan

Sistem nilai memberi pengaruh dalam pembentukan kepribadian yang memuat empat unsur utamanya. Kepribadian secara utuh terlihat dari ciri khas (individuality), sikap dan perilaku lahir dan batin (personality), pola pikir (mentality), dan jati diri (identity). Dengan demikian, kepribadian yang berdasarkan nilai-nilai ajaran agama terlihat dari kemampuan seseorang untuk menunjukkan ciri khas dirinya sebagai penganut agama, sikap, dan perilakunya secara lahir dan batin yang sejalan dengan nilai-nilai ajaran agama yang dianutnya, pola pikirnya memiliki kecenderungan terhadap keyakinan agamanya, serta kemampuannya untuk mempertahankan jati diri sebagai seorang yang beragama.

1. Menurut pendapat Sukanto M.M. Kepribadian terdiri dari empat sistem atau aspek, yaitu:<sup>97</sup>
  - a. *Qalb* (angan-angan/ kehatian)

*Qalb* adalah hati yang menurut istilah kata (terminologis) artinya sesuatu yang berbolak-balik (sesuatu yang lebih), berasal dari kata *qalaba*, artinya membolak-balikkan. *Qalb* bisa diartikan hati sebagai daging sekepal (biologis), dan juga bisa berarti 'kehatian' (nafsiologis). Ramayulis mengutip hadist yang diriwayatkan oleh Bukhari dan Muslim, artinya; "Ketahuilah bahwa di dalam tubuh manusia terdapat sekepal daging. Kalau itu baik, baiklah seluruh tubuh. Kalau itu rusak, rusaklah seluruh tubuh. Itulah *QALB*".<sup>98</sup>

Menurut Freud bahwa id memiliki kekuatan insting-insting atau keinginan-keinginan yang harus dilaksanakan atau dipenuhi tanpa menghiraukan sumber dan bentuknya, bagi id berlaku prinsip kenikmatan. Sedangkan *qalb* dalam nafsiologi adalah bentuk segumpal darah yang

---

<sup>96</sup> Bambang Syamsul Arifin, Psikologi Agama, (Bandung: Pustaka Setia, 2008). 243

<sup>97</sup> Yadi Purwanto, *Psikologi Kepribadian (Integrasi Nafsiyah dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islami)*, (Bandung: Refika Aditama, 2007). 253.

<sup>98</sup> Ramayulis, Psikologi Agama, (Bandung: Kalam Mulis, Cet. VI, 2003), h.134.

berarti bolak-balik, dapat dijadikan sebagai standar bagi perbuatan manusia, qalb bertujuan untuk memenuhi keinginannya yang bersifat tidak tetap atau bolak-balik sesuai bentuk atau umbar keinginan yang dikehendaki. Fungsi Qalb bagi nafs selalu menuntut kepuasan bagi individu, maka Qalb menganut “pleasure principle”, yang menghendaki agar segala kehendak dan keinginannya terpenuhi atau dilaksanakan, Kalau telah yang diinginkannya terpenuhi maka ia menuntut keinginan yang lainnya.

Namun sesungguhnya hati ini perlu dijaga kebersihannya, kehati-hatiannya agar hati tersebut terjaga dari keonaran atau kekotoran ataupun kerusakan. Apabila hati anda rusak, maka rusaklah segenap hidupmu, itulah yang dimaksud dengan Qalb.

b. *Fuad* (perasaan/hati nurani/ulu hati)

Fuad adalah perasaan yang terdalam hati yang sering kita sebut Hati Nurani (cahaya mata hati), dan berfungsi sebagai penyimpan daya ingatan. Ia sangat sensitif terhadap gerak atau dorongan hati, dan merasakan akibatnya.<sup>99</sup> Kemudian Hanna Djumhana Bastaman menulis bahwa hati nurani adalah salah satu aspek terdalam dari jiwa manusia yang senantiasa menilai benar-salahnya perasaan, niat, angan-angan, pemikiran, hasrat, sikap dan tindakan seseorang.<sup>100</sup>

Kalau hati kufur, fuadpun kufur dan menderita. Kalau hati bergejolak karena terancam oleh bahaya, atau hati tersentuh oleh siksaan batin, fuad serasa seperti terbakar. Kalau hati tenang, fuadpun tenteram dan tenang. Satu lagi kelebihan fuad dibanding dengan hati ialah, bahwa fuad itu dalam situasi yang bagaimanapun, tidak bisa didusta. Ia tidak bisa mengkhianati kesakitan terhadap apa yang dipantulkan oleh hati dan apa yang diperbuat oleh ego. Ia berbicara apa adanya.

Fuad dalam hidupnya selalu jujur dan tidak pernah berbohong baik terhadap dirinya sendiri maupun terhadap orang lain, dengan kata lain apa

---

<sup>99</sup> Jalaluddin, Psikologi Agama..., h. 163

<sup>100</sup> Hanna Djumhana Bastaman, Integrasi Psikologi Dengan Islam Menuju Psikologi Islami, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar Cet. II, 1997), I. 147

yang tersimpan dalam dirinya itulah yang kelihatan, disamping itu fuad sangat sensitif terhadap dorongan atau gerak hati, dan merasakan akibatnya. Ramayulis menulis bahwa bila hati terancam oleh bahaya, atau hati tersentuh sesuatu yang tidak menyenangkan, fuad terasa terbakar, atau gelisah dalam dirinya. Sebaliknya bila seseorang merasa tenang dalam dirinya, maka fuad pun menjadi tenteram dan senang dalam hidupnya. Fuad tidak bisa mengkhianati kesaksian terhadap apa yang dipantulkan oleh hati

c. *Ego* (aku sebagai pelaksana dari kepribadian)

Ego merupakan aspek eksekutif kepribadian manusia yang timbul dari keinginan untuk berhubungan dengan kenyataan. Ramayulis menulis bahwa; “Aspek ini timbul karena kebutuhan organisme untuk dapat berhubungan secara baik dengan kehidupan nyata (realita). Ego dikatakan sebagai aspek eksekutif dalam struktur kepribadian manusia berfungsi sebagai alat kontrol cara-cara yang ditempuh, memilih kebutuhan-kebutuhan, dan memilih obyek-obyek yang bisa memenuhi kebutuhan, serta mempersatukan pertentangan-pertentangan antara qalb dan fuad.<sup>101</sup>

Ego berfungsi untuk merealisasikan kebutuhan-kebutuhan qalb dengan jalan memilih bentuk pemuasan kenikmatan yang benar-benar ada dan tersedia, dan apakah caranya mendapatkannya telah sesuai dengan norma-norma yang berlaku. Berdasarkan sistem kerja bagi ego berlaku Prinsip Realitas. Ego berfungsi untuk meredakan ketegangan dalam diri individu dengan cara melakukan aktivitas penyesuaian dorongan-dorongan yang ada dengan kenyataan objektif. Ego memiliki kesadaran untuk menyelaraskan dorongan baik dan buruk hingga tidak terjadi kegelisahan-kegelisahan dalam hidup atau kehendak manusia.

Ego adalah derivat dari qalb dan bukan untuk merintanginya. Kalau qalb hanya mengenal dunia sesuatu yang subyektif dan yang abstrak (dunia realitas). Di dalam fungsinya, ego berpegang pada prinsip

---

<sup>101</sup> Ramayulis, Psikologi Agama..., h. 136

kenyataan (reality principle). Tujuan prinsip kenyataan ini ialah mencari obyek yang tepat (serasi) untuk mereduksikan ketegangan yang timbul dalam organisme. Ia merumuskan suatu rencana untuk pemuasan kebutuhan dan mengujinnya (biasanya dengan tindakan) untuk mengetahui, apakah rencana itu berhasil atau tidak.<sup>102</sup>

d. Tingkah laku (wujud gerakan)

Dalam teori psikologi, tingkah laku timbul ketika pemikiran individu bertemu dengan suatu obyek. Nafsiologi kepribadian berangkat dari kerangka acuan dan asumsi-asumsi subyektif tentang tingkah laku manusia, karena bahwa menyadari bahwa tidak seorang pun bisa bersifat obyektif sepenuhnya dalam mempelajari manusia. Tingkah laku ditentukan oleh keseluruhan pengalaman yang disadari oleh pribadi.<sup>103</sup> Kesadaran adalah sebab dari tingkah laku. Artinya, bahwa apa yang dipikirkan dan dirasakan oleh individu itu menentukan apa yang akan dikerjakan (kehendaki). Adanya nilai yang dominan mewarnai seluruh kepribadian seseorang dan ikut serta menentukan tingkah lakunya.

Masalah normal dan abnormal tentang tingkah laku, dalam nafsiologi ditentukan oleh nilai dan norma yang sifatnya universal. Orang yang disebut normal adalah orang yang seoptimal mungkin melaksanakan iman dan amal soleh disegala tempat. Kebaikan dari ketentuan itu adalah abnormal, yaitu sifat-sifat zalim, fasik, syirik, kufur, nifak dan sejenis itu.

Hubungan pembentukan kepribadian dengan nilai-nilai moral keagamaan dapat kita lihat ketika mereka yang hidup dilingkungan keluarga yang taat dan selalu berhubungan dengan benda-benda keagamaan serta berhubungan dengan orang-orang yang taat beragama, bagaimanapun akan memberi pengaruh dalam pembentukan karakternya. Sebaliknya, mereka yang asing dengan lingkungan seperti itu tentunya akan sulit untuk mengenal nilai-nilai keagamaan, baik melalui benda-benda keagamaan seperti rumah ibadah, perangkat ibadah, dan sebagainya

---

<sup>102</sup> Yadi Purwanto, *Psikologi Kepribadian (Integrasi Nafsiyah dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islami)*, (Bandung: Refika Aditama, 2007). 255

<sup>103</sup> Jalaluddin, *Psikologi Agama...*, h. 165



ataupun tindak keagamaan seperti upacara keagamaan dan lain sebagainya.

2. Sigmund Freud merumuskan sistem kepribadian menjadi tiga sistem. Ketiga sistem itu dinamainnya id, ego dan super ego. Dalam diri seseorang yang memiliki jiwa yang sehat ketiga sistem itu bekerja dalam suatu susunan yang harmonis. Segala bentuk tujuan dan segala gerak-geriknya selalu memenuhi keperluan dan keinginan manusia yang pokok.
3. Menurut Eysenck, kepribadian tersusun atas tindakan-tindakan dan disposisi-disposisi yang terorganisasi dalam susunan hierarki berdasarkan atas keumuman dan kepentingannya, diurut dari yang paling bawah ke yang paling tinggi adalah.<sup>104</sup>
  - a. Specific response, yaitu tindakan suatu respons yang menjadi pada suatu keadaan atau kejadian tertentu, jadi khusus sekali.
  - b. Habitual response mempunyai corak yang lebih umum dari pada specific response, yaitu respon-respon yang berulang-ulang terjadi saat individu menghadapi kondisi atau situasi yang sama.
  - c. Trait, yaitu terjadi saat habitual respons yang saling berhubungan satu sama lain, dan cenderung ada pada individu tertentu.
  - d. Type, yaitu organisasi dalam individu yang lebih umum, lebih mencakup lagi.

## **B. KONSEP FITRAH**

### **1. Pengertian Fitrah**

Al-Qurtubi mengatakan bahwa fitrah bermakna kesucian jiwa dan rohani. Fitrah disini adalah firman Allah yang ditetapkan kepada manusia, yaitu bahwa manusia sejak lahir dalam keadaan suci dalam artian tidak memiliki dosa. Sementara Ibnu Katsir mengartikan fitrah dengan mengakui ke Esaan Allah atau tauhid. Bahwasannya manusia sejak lahir membawa tauhid, atau paling tidak ia

---

<sup>104</sup> Yadi Purwanto, *Psikologi Kepribadian (Integrasi Nafsiyah dan 'Aqliyah Perspektif Psikologi Islami)*, (Bandung: Refika Aditama, 2007). 253.

berkecenderungan untuk meng Esakan Tuhannya dan berusaha terus mencari untuk mencapai ketauhidan tersebut.<sup>105</sup>

At-Thabari mengatakan bahwa fitrah adalah murni atau ikhlas, sebab manusia sejak lahir telah membawa berbagai sifat, salah satunya adalah kemurnian atau keikhlasan dalam menjalankan aktivitas.

Al-Maraghi mengatakan bahwa fitrah mengandung arti kecenderungan untuk menerima kebenaran. Sebab secara fitri manusia cenderung dan berusaha mencari serta menerima kebenaran walaupun hanya bersemayam dalam hati kecilnya. Adakalanya manusia telah menemukan kebenaran namun karena faktor eksogen yang mempengaruhinya, maka manusia berpaling dari kebenaran yang diperoleh. Dari pengertian tersebut, sesungguhnya setiap manusia yang terlahir ke dunia ini baik laki-laki ataupun perempuan, muslim ataupun non muslim, orang yang hanif ataupun orang yang jahat, orang yang taat menjalankan perintah Allah ataupun orang yang senantiasa bermaksiat terhadap Allah, telah ada pada diri mereka kecenderungan untuk menerima kebenaran. Maka siapapun manusia yang telah melakukan suatu kemaksiatan sesungguhnya hati kecilnya merasa bahwa telah melakukan suatu kesalahan, karena faktor eksogenlah yang mempengaruhinya berpaling terhadap kebenaran.<sup>106</sup>

Mahmus Yunus mengartikan fitrah dengan agama dan kejadian. Artinya bahwa agama islam ini bersesuaian dengan kejadian manusia, sedangkan kejadian itu tidak berubah. Kalau sekiranya dibiarkan manusia itu berfikir dengan fikirannya, niscaya pada akhirnya ia akan sampai kepada agama islam. Manusia sudah dilengkapi dengan kemampuan mengenal dan memahami kebenaran dan kebaikan yang terpancar dari Ciptaannya. Kemampuan lebih yang dimiliki manusia itu adalah kemampuan akalnyanya. Untuk itulah manusia sering disebut sebagai animal rasional yaitu binatang yang dapat berfikir. Melalui akalnyanya, manusia berusaha memahami realitas hidupnya, memahami dirinya serta segala sesuatu yang ada disekitarnya.

Dari beberapa maka fitrah tersebut menyimpulkan bahwa fitrah dalam pandangan para musafir itu bermacam-macam. Namun, dari sekian banyak pendapat yang dimaksud dengan fitrah disini adalah potensi untuk menjadi muslim dan untuk menjadi musyrik.

---

<sup>105</sup>Ahmad Fuad, *Filsafat Islam*, (Jakarta:Pustaka Firdaus,1988) hlm.56.

<sup>106</sup>Al-Ghazali, *Memahami Pesan Kitab Suci dalam Kehidupan Masa Kini*, (Bandung:Mizan,1996) hlm.99-103.

Potensi tersebut tidak diubah. Maksudnya, potensi untuk menjadi baik ataupun menjadi buruk tersebut tidak akan diubah oleh Allah. Fitrah manusia ini dibawa sejak lahir dan terus mengalami perkembangan seiring dengan semakin berkembangnya akal manusiadan pada akhirnya manusia akan mengakui bahwa Tuhan itu ada sehingga mereka akan kembali kepada Tuhannya.

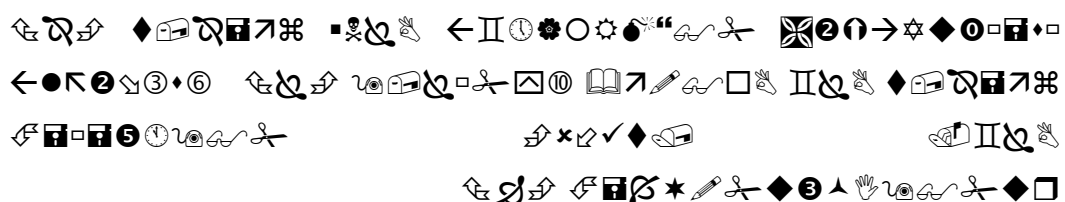
Agama asli umat manusia adalah menyembah Allah. Hal ini berkaitan dengan suatu keyakinan kaum muslimin yang berdasarkan dari keterangan al-Quran bahwa manusia setelah diciptakan mambuat sebuah perjanjian atau ikatan dengan Tuhan. Sebagaimana dilukiskan pada ayat 172 dari surat al-A'raf, Allah telah menyatakan tentang fitrah itu. Ketika manusia belum dilahirkan dimuka bumi, Allah telah bertanya: “Bukankah Aku ini Tuhanmu? Semua menjawab: Pasti! Kami berikan kesaksian. Jadi, akidah tauhid itulah fitrah manusia. Merujuk kepada ayat tersebut dapat dikatakan, sesungguhnya manusia telah bertauhid sejak ia di alam arwah. Hal ini juga bermakna, Allah menciptakan manusia dengan kodrat yang hanif, memihak kepada kebenaran, sebagaimana juga islam diciptakan atas kodrat yang hanif atau sesuai dengan fitrah manusia, sehingga tidak ada alasan bagi manusia untuk tidak mengimani dan mengamalkan ajaran islam.

Berdasarkan definisi ini dapat ditangkap pengertian bahwa tauhidlah telah dimiliki manusia secara potensial. Potensi ini harus diperjuangkan dan dipelihara oleh manusia untuk kehidupan selanjutnya agar mendapat kebahagiaan, baik di dunia maupun di akhirat.

## 2. Fitrah Dalam Penciptaan Manusia

Al- Quran mendorong manusia untuk merenungkan perihal dirinya, keajaiban penciptanya, serta keakuratan pembentukannya. Sebab, pengenalan manusia terhadap dirinya dapat mengantarkannya kepada ma'rifatullah,

sebagaimana tersiratdalam surat at-Toriq ayat 5-7



Artinya: “Maka hendaklah manusia memperhatikan dari Apakah Dia diciptakan?, Dia diciptakan dari air yang dipancarkan, yang keluar dari antara tulang sulbi laki-laki dan tulang dada perempuan.”

Didalam al-Quran, manusia merupakan salah satu objek yang dibicarakan, terutama yang menyangkut asal-usul dengan konsep penciptaannya, kedudukan manusia dan tujuan hidupnya. Hal tersebut merupakan sesuatu yang wajar karena al-Quran memang diyakini oleh kaum muslimin sebagai firman Allah yang ditujukan kepada manusia. Sengguh menakjubkan fase-fase penciptaan manusia yang dijelaskan secara detail oleh rangkaian ayat diatas, karena ternyata fase-fase yang dijelaskannya terbukti sejalan dengan penemuan ilmiah embriologi modern dewasa ini. Secara komperenshif, Umar Shihab memaparkan bahwa proses penciptaan manusia terbagi kedalam beberapa fase kehidupan sebagai berikut:<sup>107</sup>

Fase awal kehidupan manusia berupa tanah. Manusia berasal dari tanah disebabkan oleh dua hal yaitu manusia adalah keturunan Adam a.s yang diciptakan dari tanah dan sperma atau ovum yang menjadi cikal bakal manusia bersumber dari saripati makanan yang berasal dari tanah. Saripati makanan yang berasal dari tanah tersebut menjadi sperma dan ovum, yang disebut di al-Quran dengan istilah nutfah. Kemudian sperma dan ovum tersebut menyatu dan menetap dirahim sehingga berubah menjadi embrio (‘alaqoh). Proses selanjutnya, embrio tersebut berubah menjadi segumpal daging (mudgoh). Proses ini merupakan kelanjutan dari mudgoh. Dalam hal ini, bentuk embrio sudah mengeras dan menguat sampai berubah menjadi tulang belulang (‘izam). Proses penciptaan manusia selanjutnya adalah menjadi daging (lahmah). Proses peniupan ruh. Pada fase ini, embrio sudah berubah menjadi bayi dan mulai bergerak, dan setelah sempurna kejadiannya, akhirnya lahirlah bayi tersebut ke atas dunia.

### **3. Sifat-Sifat Manusia Menurut Fitrahnya**

Al-Quran menjelaskan bahwa manusia pasti dihinggapi oleh sifat-sifat baik dan sifat buruk sebab didalam diri seseorang itu sudah ada kekuatan untuk hal-hal tersebut yaitu akal dan nafsunya, sudah ada pendorong kearah hal-hal tersebut, yaitu malaikat dan setan. Terdapat dalam surat asy-Syams ayat 7-8

---

<sup>107</sup>Muhammad Arifin, *Ilmu Pendidikan Islam*, (Jakarta:Bumi Aksara,1991).hlm 78.



Artinya: “ dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaannya), Maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya.”

Secara garis besar, sifat-sifat manusia dibagi menjadi dua yaitu sifat mahmudah (sifat terpuji) dan sifat mazmumah (sifat tercela). Contoh dari sifat mahmudah adalah:<sup>108</sup>

1. Taubat artinya meninggalkan segala perbuatan tercela yang telah dikerjakannya dengan niat karena membesarkan Allah
2. Khauf artinya reaksi atas munculnya kekawatiran akan terjadi sesuatu yang membahayakan, menghancurkan atau menyakitkan
3. Zuhud artinya bersih atau suci hati dari kehendak lebih dari keperluannya serta tidak bergantung kepada makhluk lain. Hatinya senantiasa mengingat bahwa harta yang dimilikinya adalah sebagai amanah dari Allah
4. Sabar artinya tabah terhadap suatu ujian yang mendukacitakan
5. Syukur artinya menyadari bahwa semua nikmat yang diperolehnya baik yang lahir maupun yang batin semuanya adalah dari Allah dan merasa gembira dengan nikmat itu

Adapun contoh mazmumah (sifat tercela) adalah:

1. Ghadab artinya bersifat pemaarah walaupun terhadap suatu perkara yang kecil
2. Hasad artinya dengki akan nikmat yang ada pada orang lain serta senang jika orang lain itu susah
3. Dendam artinya keinginan keras untuk membalas kejahatan seseorang
4. Munafiq artinya orang yang menyembunyikan kekafirannya

---

<sup>108</sup>Manna Khalil, *Studi Ilmu-Ilmu al-Quran*, (Jakarta:Litera Antar Nusa,2000),hlm 80-82.

- Ayat diatas menyatakan bahwa agama islam adalah agama fitrah. Artinya agama itu dirancang oleh Allah sesuai dengan fitrah atau sifat asli kejadian manusia. Dengan demikian, pada diri manusia sudah melekat satu potensi kebenaran. Jika potensinya ini digunakan, ia akan senantiasa berjalan diatas jalan yang lurus. Karena Allah telah membimbingnya semenjak dalam alam ruh. Potensi ruhiyah ialah potensi yang



Artinya: “sekali-kali tidak (demikian), sebenarnya apa yang selalu mereka usahakan itu menutupi hati mereka.”

Kaf Alif dan Lam artinya, sekali-kali bukan seperti apa yang mereka sangka bahwa al-Quran adalah kumpulan dongeng orang-orang terdahulu. Tetapi, sebenarnya hati mereka telah tertutup dengan dosa-dosa yang mereka perbuat. Kaf dan Lam juga bisa diartikan sungguh benar (bahwa hati mereka telah tertutup dengan dosa-dosa yang mereka perbuat).<sup>110</sup>

Fitrah intelektual, potensi aqliyah terdiri dari panca indra dan akal pikiran (pendengaran, penglihatan, dan hati). Dengan potensi ini, manusia dapat membuktikan dengan daya nalar dan ilmiah tentang “kekuasaan” Allah serta dengan potensi ini ia dapat mempelajari dan memahami dengan benar seluruh hal yang dapat bermanfaat baginya dan hal yang mudorot baginya. Potensi aqliyah juga merupakan potensi yang dianugerahkan Allah kepada manusia agar manusia dapat membedakan mana yang benar dan mana yang salah, bersih dan kotor, bermanfaat dan bermudorot, baik dan buruk.

## 6. Faktor Penyebab Manusia Berpaling dari Fitrahnya

Dengan melihat perjalanan manusia yang begitu panjang dan dikaitkan dengan firman Allah dalam surat al-A'raf ayat 172

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ثُمَّ رَدَدْنَاهُ أَسْفَلَ سَافِلِينَ إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ فَلَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ

Artinya: “dan (ingatlah), ketika Tuhanmu mengeluarkan keturunan anak-anak Adam dari sulbi mereka dan Allah mengambil kesaksian terhadap jiwa mereka (seraya berfirman): "Bukankah aku ini Tuhanmu?" mereka menjawab: "Betul (Engkau Tuhan kami), Kami menjadi saksi". (kami lakukan yang demikian itu) agar di hari kiamat kamu tidak mengatakan: "Sesungguhnya Kami (Bani Adam) adalah orang-orang yang lengah terhadap ini (keesaan Tuhan)”

<sup>110</sup>Harun Nasution, *Teologi Islam*, (Jakarta:UI-Press,1998) hlm 56-57.



Maka faktor yang menyebabkan manusia berpaling dari fitrahnya adalah tidak mengingat perjanjiannya dengan Allah. Setiap manusia sebelum lahir ke muka bumi ini pernah dimintai kesaksiannya atas wujud Allah dan mereka menyaksikan atau mengenal Nya dengan baik. Kemudian, hal itu mereka bawa terus hingga lahir kedunia. Oleh karena itu, manusia betapapun besarnya dia, kuat dan kaya, namun dia tetap tidak dapat mengingkari bahwa dirinya tidak memiliki wujud dirinya sendiri dan tidak dapat berdiri sendiri dalam mengurus segala urusannya.<sup>111</sup>

Bermaksiat kepada Allah, kemaksiatan yang terus menerus dilakukan oleh manusia dapat menyebar dan menutupi hati yang suci, maka solusi terbaik untuk membersihkan hati adalah dengan cara menjauhi kemaksiatan. Allah berfirman dalam surat as-Syams ayat 9-10:



Artinya: “Sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan Sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.”

Berdasarkan firman Allah tersebut ternyata ada dua sikap manusia dalam memperlakukan dirinya, pertama adalah mereka yang memperlakukan dirinya dengan sikap mahmudah (sikap yang baik), yang kedua bersikap mazmumah (akhlak yang jelek).

Tidak menggunakan akal nya dengan baik. Selain menegaskan bahwa masalah tauhid adalah fitrah, al-Quran juga berusaha mengajak manusia berfikir dengan akalnya bahwa dibalik terciptanya alam raya dan perubahan-perubahan yang terjadi di dalamnya (membuktikan) adanya Sang Pencipta. Ayat-ayat al-Quran yang mengajak untuk merenungkan fenomena alam dan keunikan makhluk yang ada didalamnya, sangatlah banyak.

## 7. Cara Memelihara Fitrah Menurut al-Quran

Fitrah yang telah Allah berikan kepada setiap manusia sejak ia terlahir kedunia perlu untuk dijaga dan dipelihara agar jangan sampai terjerumus kejalan yang salah. Untuk mengetahui cara memelihara fitrah manusia maka perlu mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan manusia berpaling dari fitrahnya.

---

<sup>111</sup>Hanafi Ansari, *Dasar-dasar Ilmu Jiwa Agama*, (Surabaya:Usaha Nasional,1991) hlm 123-124.

Kembali kepada Allah manusia hendaknya memahami bahwa dalam menjalani kehidupannya didunia ini harus ada pedoman yang jelas, memiliki pegangan yang kuat yaitu berupa agama. Agama merupakan fitrah manusia yang telah Allah tanamkan pada setiap manusia sejak di alam ruh. Manusia yang telah bersaksi bahwa Allah adalah Tuhannya yang akan dipatuhi dan ditaati, sehingga jika hal itu dipahami oleh setiap manusia yang terlahir didunia ini maka akan tumbuh kesadaran akan kehadiran Allah dan jiwanya senantiasa merasa selalu dalam pengawasan Nya.<sup>112</sup>

Menyucikan jiwa Allah berfirman yang artinya “Sesungguhnya beruntunglah orang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya”.

Orang yang berakhlak mahmudah terhadap dirinya adalah ketika ia mampu membersihkan jiwanya dari kotoran-kotoran. Makna membersihkan kotoran disini bukan makna dhohiriah, yang dimaksud kotoran disini adalah segala sesuatu yang akan mencemari dan mengotori akidah dan keimanan yang dimiliki oleh seorang muslim. Untuk mencapai kebersihan hati dan kesucian jiwa tidak ada metode atau cara-cara khusus selain mempelajari dan mengamalkan syariat agama secara keseluruhan.<sup>113</sup>

Banyak dari ayat-ayat al-Quran yang mengajak manusia untuk menggunakan akal untuk mempelajari dan memahami kekuasaan Allah. Diantaranya adalah surat ali-Imran ayat 7:



<sup>112</sup>Amin Abdullah, *Agama dan Akal Fikiran Naluri Rasa Takut dan Keadaan Jiwa Manusia*, (Jakarta:Rajawali,2002) hlm 67-69.

<sup>113</sup>Najati, *al-Quran dan Ilmu Jiwa*, (Bandung:Penerbit Pustaka,1999) hlm 78.



Artinya: “Dia-lah yang menurunkan Al kitab (Al Quran) kepada kamu. di antara (isi) nya ada ayat-ayat yang muhkamaat[183], Itulah pokok-pokok isi Al qur'an dan yang lain (ayat-ayat) mutasyaabihaat[184]. Adapun orang-orang yang dalam hatinya condong kepada kesesatan, Maka mereka mengikuti sebahagian ayat-ayat yang mutasyaabihaat daripadanya untuk menimbulkan fitnah untuk mencari-cari ta'wilnya, Padahal tidak ada yang mengetahui ta'wilnya melainkan Allah. dan orang-orang yang mendalam ilmunya berkata: "Kami beriman kepada ayat-ayat yang mutasyaabihaat, semuanya itu dari sisi Tuhan kami." dan tidak dapat mengambil pelajaran (daripadanya) melainkan orang-orang yang berakal.”

## **BAB X**

### **PERMASALAHAN-PERMASALAHAN DALAM PSIKOLOGI AGAMA**

#### **A. Problematika Jiwa Manusia**

Proses modernisasi seringkali mengagungkan nilai-nilai yang bersifat materi dan mengabaikan unsur-unsur spiritualitas dalam hidup dan kehidupannya. Secara tidak langsung memberikan sikap hidup yang materialistis pada masyarakatnya, mereka lebih mementingkan kehidupan duniawi dari pada ukrawi, seperti yang ditulis Ahmad Mubarak bahwa sebenarnya zaman modern ditandai dengan dua ciri; yaitu;

1. Penggunaan teknologi dalam berbagai aspek kehidupan manusia;
2. Berkembangnya ilmu pengetahuan sebagai wujud dari kemajuan intelektual manusia.<sup>114</sup>

Kondisi ini menghantarkan manusia kepada suatu kehidupan yang serba maju dalam berbagai bentuk kehidupan.

Era Globalisasi menunjukkan kehidupan manusia yang bebas dan terbuka terhadap informasi dan teknologi, seolah-olah tidak ada batas antara satu kota dengan kota lain, atau satu wilayah dengan wilayah lain, kondisi demikian memberikan identitas baru kepada masyarakat. Hal ini digambarkan David Korten ada tiga krisis yang akan dihadapi manusia secara global. Kesadaran akan krisis ini sudah muncul sekitar tahun 1980-an, yaitu: kemiskinan, penangganan lingkungan yang salah serta kekerasan sosial. Gejala tersebut akan menjadi mimpi buruk kemanusiaan abad ke-21 ini.<sup>115</sup>

Krisis yang melanda masyarakat dunia turut pula merubah nilai-nilai keagamaan, sehingga hubungan antara agama dengan kebudayaan semakin merenggang, karena nilai-nilai agama semakin memudar dalam bersikap dan perbuatan mereka. Nilai-nilai kebudayaan yang bersumber pada ajaran suatu agama berubah menjadi nilai-nilai sosial yang sekuler; terjadilah pergeseran nilai-nilai yang sakral kepada nilai yang profan. Masalah-masalah ini yang selalu menimbulkan berbagai permasalahan kejiwaan manusia dalam hidupnya.

---

<sup>114</sup>Ahmad Mubarak, *Jiwa dan al-Qur'an, Solusi Krisis Kerohanian Manusia Modern*, Jakarta : Paramadina, Cet. I, 2000, hal. 3.

<sup>115</sup>Jalaluddin, *Psikologi Agama*, Yogyakarta : PT. Raja Grafindo Persada, Cet. I, 1996, hal. 170

Djamaluddin Ancok mengutip pendapat Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldstein tentang definisi gangguan kejiwaan adalah kesulitan yang dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri. Selanjutnya, Djamaluddin Ancok menulis ciri-ciri orang yang mengalami gangguan jiwa adalah;

1. Hadirnya perasaan cemas (*anxiety*) dan perasaan tegang (*tension*) di dalam diri.
2. Merasa tidak puas (dalam artian negatif) terhadap perilaku diri sendiri.
3. Perhatian yang berlebih-lebihan terhadap problema yang dihadapi.
4. ketidakmampuan untuk berfungsi secara aktif di dalam menghadapi problem.

Pada lembaran lain, Djamaluddin Ancok menjelaskan bahwa penyebab gangguan kejiwaan itu bermacam-macam;

- a. Bersumber dari dalam dirinya sendiri, seperti tidak berfungsinya komponen kejiwaan pada dirinya, faktor organik, kelainan sistem syaraf, dan gangguan pada otak.
- b. Gangguan kejiwaan yang bersumber dari luar diri penderita, disebabkan tidak terpenuhinya kebutuhan-kebutuhan orang yang bersangkutan, baik dalam bentuk kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikis.

Sedangkan Henry A. Murray menyimpulkan bahwa terjadinya gangguan jiwa dikarenakan orang tidak dapat memuaskan macam-macam kebutuhan jiwa mereka.<sup>116</sup>

Zakiah Daradjat, psikolog Indonesia mengemukakan gangguan kejiwaan adalah kumpulan dan keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berkenaan dengan fisik maupun dengan mental. Keabnormalan tersebut disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik.<sup>117</sup>

Kemudian, untuk dapat mengatasi gangguan jiwa yang bersumber dari dalam diri penderita adalah melalui pengobatan dengan bantuan medis dan paramedis.

---

<sup>116</sup>Djamaluddin Ancok dan Fuat Suroso Nashori, *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problema-Problema Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. I, 1994, hal. 91

<sup>117</sup>Djamaluddin Ancok dan Fuat Suroso Nashori, *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problema-Problema Psikologi*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, Cet. I, 1994, hal. 91

Sedangkan untuk mengatasi gangguan kejiwaan yang datang dari dalam diri penderita adalah dengan memenuhi kebutuhan-kebutuhan individu.

Menurut Abraham H. Maslow, pelopor psikologi Humanistik dalam *need-hierarchy theory* (teori hirarki kebutuhan) menjelaskan bahwa: “Kebutuhan manusia itu pada dasarnya bertingkat-tingkat mulai dari tingkat yang paling bawah sampai ketinggian yang paling tinggi. Kebutuhan pada tingkatan yang lebih tinggi tidak mungkin timbul sebelum kebutuhan yang lebih mendasar terpenuhi.

Selanjutnya Abraham menegaskan bahwa tingkatan kebutuhan manusia itu adalah;

- 1) Kebutuhan fisiologis
- 2) Kebutuhan rasa aman (safety)
- 3) Kebutuhan akan rasa kasih sayang
- 4) Kebutuhan akan harga diri; dan
- 5) Kebutuhan akan aktualisasi diri.<sup>118</sup>

Dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut orang tidak akan melangkah kepada kebutuhan berikutnya, jika kebutuhan-kebutuhan sebelumnya belum terpenuhi, dan begitulah seterusnya tahapan-tahapan yang dilalui manusia dalam memenuhi kebutuhan-kebutuhannya. Keinginan atau hasrat untuk dapat memenuhi kebutuhan menjadi motivasi bagi manusia untuk berusaha atau bekerja untuk mendapatkannya, sehingga timbul otoritas manusia dalam menetapkan langkah-langkah yang diambil untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Pada umumnya, celah-celah seperti ini yang sering menimbulkan penyimpangan, penyelewengan dan tindakan yang melanggar hukum. Hal ini terjadi karena belum terpenuhi tingkatan-tingkatan kebutuhan mereka sehingga timbul kekecewaan-kekecewaan atau timbulnya frustrasi dalam hidupnya, akhirnya membawa mereka kepada gangguan jiwa (*neurose*) atau gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*).

Seluruh masalah kejiwaan yang dialami manusia bersumber pada gangguan kejiwaan yang dialaminya, dan untuk mengetahui gangguan jiwa yang dideritanya, terlebih dahulu harus diketahui ciri-ciri orang yang mengalami gangguan jiwa.

---

<sup>118</sup>Abraham H. Maslow dalam Djamaluddin Ancok dan Fuat NashoriSuroso, hal. 49-50.

diantara tanda-tandanya; Orang yang terganggu jiwanya akan merasa dengki melihat orang lain berhasil dalam usahanya, atau orang yang mengalami gangguan kejiwaan tidak dapat memanfaatkan potensi dirinya.

Kadangkala ciri-ciri gangguan jiwa itu tidak dirasakan oleh penderita itu sendiri, biasanya yang merasakan akibat perilaku penderita gangguan jiwa itu adalah masyarakat sekitarnya. Karena orang sekitarnya merasa bahwa perilaku yang dilakukan penderita itu merugikan atau mengganggu masyarakat dan lingkungan, yaitu membuat keributan dalam masyarakat yang dapat menimbulkan konflik.

## **B. Solusi Agama Atas Problematika Psikis Manusia**

Setiap tingkah laku manusia merupakan manifestasi dari beberapa kebutuhan yang ditujukan untuk dapat memenuhi kebutuhan tersebut. Dengan kata lain bahwa setiap tingkah laku manusia selalu terarah pada obyek atau tujuan yang hendak dicapainya, tingkah laku adalah satu kesatuan perbuatan yang berarti bagi manusia untuk memenuhi kebutuhannya.

Kebutuhan-kebutuhan yang dimiliki manusia merupakan pendorong untuk berbuat sesuatu dalam memenuhi kebutuhannya. Manusia sebagai makhluk selalu memberikan arti pada hidupnya, dan tanpa adanya arti dalam kehidupan manusia tidak bisa hidup dalam taraf kemanusiaan. Oleh sebab itu, orang mencari penyelesaiannya dengan bantuan norma-norma dan kepercayaan agama. Manusia ingin mengangkat jiwanya, ingin mempertahankan hidupnya di dunia dan di akhirat., karena itu manusia mempunyai kebutuhan-kebutuhan yang fundamental akan nilai-nilai metafisis dan norma-norma keagamaan untuk mengatasi konflik, ketegangan, kegelisahan yang membawa kepada Frustrasi.

Justru itu keberadaan agama bagi manusia merupakan sesuatu yang sangat penting untuk mengatasi problematika kejiwaan dan mendapatkan pengobatan kejiwaan atau kesehatan mental, yaitu :

- a. Setiap individu selalu memiliki dorongan-dorongan atau kebutuhan pokok yang bersifat organis (fisis dan psikhis) kebutuhan-kebutuhan dan dorongan-dorongan itu menuntut kepuasan. Dalam pencapaian kebutuhan itu timbul ketegangan-ketegangan, namun ketegangan akan menurun jika

kebutuhannya terpenuhi. Sebaliknya ketegangan akan meningkat jika mengalami frustrasi atau hambatan-hambatan untuk memperolehnya.

- b. Setiap orang menginginkan kepuasan, baik yang bersifat jasmaniah maupun yang bersifat psikhis. Dia ingin merasakan yang, aman, terlindung, ingin puas dalam seksnya, ingin mendapat simpati dan diakui harkatnya. Lalu timbulah *sence of impotency* dan *sence of matery* (kesadaran arti dirinya dan kesadaran penguasaan).
- c. Setiap individu selalu berusaha mencari posisi dan status dalam lingkungan sosialnya. Tiap manusia membutuhkan cinta kasih dan simpati. Sebab cinta kasih dan simpati menumbuhkan rasa dari rasa aman/ *assurance* dan menumbuhkan harapan-harapan di masa mendatang.<sup>119</sup>

Terapi agama dalam perspektif psikologi agama sejalan dengan konsep kesehatan mental dalam penyembuhan gangguan jiwa (*neurose*) atau gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Yaitu terwujudnya keserasian yang sungguh-sungguh antara fungsi kejiwaan dan terciptanya penyesuaian diri antara sesama manusia dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketaqwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dalam masyarakat. Agama sebagai dasar pembinaan kesehatan mental dimana orang-orang yang menganut agama dan mengaplikasikan konsep ajaran agamanya dalam kehidupan masyarakat serta menjadikannya sebagai sumber dalam kehidupan mereka. Terapi agama mengatasi problematika psikis manusia sebagai kerangka acuan yang dipergunakan dalam membina, memberdayakan atau pengembangan psikis individu dengan mengacu kepada kitab suci dan aspek-aspek kejiwaan manusia.

Secara psikologis, keberadaan agama merupakan tanggapan manusia terhadap Tuhan sebagai pencipta alam semesta atau sebagai Suatu Realitas Mutlak yang terdapat dalam dirinya. Dengan agama manusia menyadari hakekat keberadaannya di dunia ini. Di samping itu agama menawarkan keselamatan dan ketenangan hidup bagi manusia.

---

<sup>119</sup>Kartini Kartono, *Mental Hygiene ( Kesehatan Mental )* Bandung: Penerbit Alumni, Cet. V, 1983, hal. 20-22



Thomas F. O'Dea menulis bahwa agama yang menyangkut kepercayaan serta prakteknya, merupakan masalah-masalah sosial. Dalam masyarakat yang sudah mapan, agama merupakan salah satu struktur penting yang melengkapi seluruh sistem kehidupan sosial.<sup>120</sup> Masalah inti dari agama tampaknya menyangkut kepada sesuatu yang transendental yang tidak dapat dilihat, menyangkut dengan dunia luar (*the beyond*), hubungan dan sikap manusia terhadap dunia luar itu, di aplikasikan dalam kehidupan manusia, sehingga terlihat fungsi agama dalam masyarakat.

Menurut Hendro bahwa aliran fungsionalis agama melihat masyarakat sebagai suatu *equilibrium* sosial dari semua institusi yang ada didalamnya. Sebagai keseluruhan sistem sosial masyarakat menciptakan pola-pola kelakuan yang terdiri atas norma-norma yang dianggap sakral dan mengikat oleh anggota-anggotanya yang menjadi pengambil bagian (partisipasi) dari sistem itu.<sup>121</sup>

Istilah fungsi menunjukkan kepada bentuk-bentuk atau peranan yang diberikan agama atau lembaga sosial lainnya, untuk mempertahankan (keutuhan) masyarakat sebagai usaha yang aktif berjalan terus-menerus. Dengan demikian, pikiran diatas, menggambarkan bahwa agama hanya merupakan suatu bentuk tindak langkah manusia yang dilembagakan berada diatas lembaga-lembaga sosial lainnya.

Hubungan antara agama sebagai suatu keyakinan, dengan terapi psikis manusia sangat signifikan untuk mencegah timbulnya problematika kejiwaan manusia yaitu dengan jalan "penyerahan" diri kepada sesuatu yang transendental. Sikap penyerahan diri individu akan memberikan sikap optimis padadiri seseorang sehingga timbul perasaan positif dalam bentuk rasa bahagia, senang, puas dan sebagainya sehingga terhindar dari rasa frustrasi dalam hidup.

Dalam konteks ini, psikologi agama mengemukakan empat motif penyebab manusia berkepercayaan agama dalam upaya menghilangkan problematika psikis yang dialami individu, yaitu sebagai berikut :

#### 1. Agama Sebagai Sarana Untuk Menjaga Kesusilaan

---

<sup>120</sup>Thomas F. O'Dea, *Sosiologi Agama Suatu Pengenalan awal*, Terj. Tim Penerjemah YASOGAMA, Jakarta : Penerbit CV.Rajawali, Cet. I, 1985, hal. 1

<sup>121</sup>Hendro puspito, *Sosiologi Agama*, Jakarta : BPK. GunungMulia, Cet. VI, 1988, hal. 27

Setiap agama mengajarkan bentuk-bentuk dan nilai-nilai bagi kehidupan masyarakat, nilai-nilai ini yang dijadikan acuan dan petunjuk bagi manusia. Agama menjadi kerangka acuan dalam berfikir, bersikap dan berbuat sesuai dengan keyakinan yang dianutnya. Ramayulis mengutip pendapat Mc. Quire bahwa sistem nilai yang berdasarkan agama dapat memberi pedoman bagi individu dan masyarakat. Sistem nilai tersebut dalam bentuk keabsahan dan kebenaran dalam kehidupan individu dan masyarakat.<sup>122</sup>

Agama dalam menjaga tata tertib dan kesusilaan masyarakat mempunyai otoritas formal dan sanksi hukum untuk mencapai kebutuhan dasar yang berkenaan dengan dunia *supraempiris*. Dalam skala evaluatif nilai-nilai *religijs* dirumuskan dalam bentuk kaidah-kaidah moral dengan jangkauan yang membentang paling jauh dan paling dalam. Yang menjangkau daerah-daerah kejiwaan yang paling dasar, yaitu hati nurani manusia yang merupakan norma *proxima* dari tindakan kongkret dalam semua bidang kehidupan. Jika kaidah-kaidah moral itu dipercaya dan diterima, berasal dari Tuhan. Maka nilai-nilai itu menjadi jaminan dalam menjaga kesusilaan dalam masyarakat.

Agama dan moral merupakan dua unsur yang penting dalam menjaga kesusilaan dan ketertiban masyarakat. Nico Syukur Dister menulis bahwa intensi agama ialah bergaul dengan Tuhan. Pergaulan dengan Allah itu tidaklah sama dengan hidup berperikemanusiaan. Selanjutnya dijelaskan bahwa nilai-nilai moral itu bersifat otonom, artinya nilai-nilai seperti keadilan, kejujuran, kesadaran, keteguhan hati berlaku juga andaikata Allah tidak ada.

Dengan demikian, seseorang tidak bisa hidup disisi Tuhan bila kenyataannya bahwa hidupnya tidak sesuai dengan norma-norma agama. Manusia wajib hidup bermoral menjaga kesusilaan demi untuk Allah dan dirinya sendiri yaitu dengan mendengar atau perantaraan suara hatinya sendiri, karena suara hati itu tidak pernah bohong.

## 2. Agama Sebagai Sarana Pemuas Intelektual

Manusia sebagai makhluk berakal memiliki rasa ingintahu yang sangat tinggi, tapi kadang-kadang akal manusia tidak bisa memberikan jawaban yang memuaskan

---

<sup>122</sup>Ramayulis, *Psikologi Agama*, Jakarta: Kalam Mulia, Cet. VI, 2003, hal. 225-226

atas pertanyaan yang menyelimuti pemikirannya. Peranyaan-pertanyaan mendasar bagi manusia adalah : Dari mana manusia datang ? Apa tujuan manusia hidup di dunia ini ? Mengapa manusia ada ? Dan kemana akhirnya manusia kembali setelah mati ? Ditengah kebimbangan itu manusia mencari agama untuk memperoleh jawaban untuk mengatasi kesulitan-kesulitan intelektual kognitif ini, sejauh disebabkan kesukaran itu dilatarbelakangi dan diresapi oleh keinginan eksistensial dan psikologis. Menurut Nico Syukur bahwa oleh keinginan dan kebutuhan manusia akan orientasi dalam kehidupan., untuk dapat menempatkan diri secara berarti dan bermakna di tengah-tengah kejadian semesta alam.<sup>123</sup>

Dalam hal ini, manusia harus memiliki orientasi hidup yang pasti, banyak orang yang tidak dapat menerima dan mengetahui bahwa akhirnya hidup ini tidak mempunyai arti dan tujuan. Hidup ini hanya sementara dan akan berakhir lagi, dan seolah-olah hidup ini hanya sia-sia saja. Ketidaktahuan manusia akan orientasi kehidupan ini dapat ditemukan jawabannya dalam agama dengan penjelasan lebih rinci dan jelas. Dalam konteks ini, agama memberikan pemuasan intelektual manusia yang tidak bisa didapatkan dengan logika filsafat dan ilmu pengetahuan untuk mendapatkan kesehatan mental.

### 3. Agama Sebagai Sarana Mengatasi Ketakutan

Secara umum tidak tenteram atau takut adalah pengalaman emosional yang dialami oleh seseorang ketika merasa takut, risau atau merasa terancam oleh sesuatu yang tidak mudah ditentukan penyebab terjadinya. Perasaan-perasaan yang dirasakan itu berawal dari perasaan takut (*fear*) yang muncul dari dalam dirinya, ketakutan yang dirasakan seseorang itu termasuk kedalam ranah perasaan dengan ciri-ciri tertentu yang dapat dilihat dari beberapa aspek. Dalam hal ini, Usman Effendi mengutip pendapat E.B. Titchener yang mengemukakan bahwa perasaan mempunyai ciri-ciri, merupakan sebagai tanda bagi seseorang, yaitu sebagai berikut:

- a. Perasaan dapat dilihat identitasnya yaitu kuat atau lemahnya perasaan itu misalnya perasaan jengkel sekali, agak jengkel, sangat gembira, sedikit gembira dan sebagainya.

---

<sup>123</sup>Nico Syukur Dister, *Pengalaman dan Motivasi Beragama, Pengantar Psikologi Agama*, Jakarta : Leppenas, 1982, Cet. I, hal. 133

- b. Perasaan dapat dilihat kualitasnya sehingga kita dapat membedakan perasaan sedih dengan gembira, kecewa dengan takut, dan sebagainya
- c. Perasaan menghinggapi seseorang untuk suatu jangka waktu tertentu (*duration*) ada perasaan yang sebentar hilang, tetapi ada pula perasaan yang bertahan lama. Suatu perasaan yang sukar dihilangkan disebut *persevensi*.<sup>124</sup>

Nico Syukur Dister membedakan dua macam ketakutan yang dialami manusia yaitu, sebagai berikut:

- 1) Ketakutan yang ada obyeknya, seperti takut pada majikan, takut pada musuh, takut pada anjing, takut pada dosen penguji dan sebagainya;
- 2) Ketakutan yang tidak ada obyeknya, takut begitu saja, cemas hati: orang memang takut, tapi tidak tahu kenapa ia takut atau apa yang ia takuti.<sup>125</sup>

Ketakutan yang ada obyeknya dapat diatasi dengan mengurangi atau menghilangkan obyek-obyek yang menakutkan itu dari diri manusia.

Secara psikologis ketakutan yang dialami manusia sangat erat kaitannya dengan tendensi-tendensi manusiawi yang dapat menimbulkan perilaku keagamaan. Agama mampu menghilangkan rasa takut yang ada obyeknya atau rasa takut yang tidak ada obyeknya dengan segala peraturan-peraturannya.

#### 4. Agama Sebagai Sarana Untuk Mengatasi Frustrasi

Manusia sebagai makhluk mempunyai kebutuhan-kebutuhan yang harus dipenuhinya, baik kebutuhan fisik seperti makan, minum, pakaian dan kebutuhan, maupun kebutuhan psikis seperti; keamanan, ketenteraman, persahabatan, penghargaan, dan cinta kasih. Secara psikologis, individu terdorong untuk memuaskan kebutuhan dan keinginannya, bila gagal untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan itu ia mengalami frustrasi.

Karini Kartono menjelaskan bahwa frustrasi adalah kondisi seseorang yang dalam usaha dan perjuangannya mencapai satu tujuan jadi terhambat, sehingga harapannya menjadi gagal dan ia merasa sangat kecewa. Lalu orang mengatakan: Dia mengalami Frustrasi. <sup>126</sup>Individu yang mengalami frustrasi dalam hidupnya dapat membawa

---

<sup>124</sup>Usman Effendi dan Juahaya S. Praja, *Pengantar Psikolog*, Bandung: Angkasa, Cet. II, 1985, hal. 80

<sup>125</sup>*ibid.* Nico Syukur Diester, hal, 80.

<sup>126</sup>*ibid.* Kartini Kartono dan Jenny Andari, hal. 50

kepada tingkah laku keagamaan, bila kekecewaan yang dialami itu diganti dengan obyek lain.

Dister membagi frustrasi kepada beberapa bentuk, yaitu:

a. Frustrasi karena alam

Secara psikologi manusia terdiri dari jasmani dan rohani sebagai makhluk jasmani membutuhkan suatu kehidupan untuk kelangsungan hidup. Kehidupan itu harus ditopang oleh kebutuhan yaitu udara, cuaca yang baik, makanan, minum dan sebagainya, bila terdapat kegagalan manusia untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut, maka seseorang itu mengalami frustrasi.

b. Frustrasi sosial

Frustrasi sosial merupakan terjadinya pertentangan-pertentangan antara individu disatu sisi dan masyarakat disisi lain. Terjadinya pertentangan itu disebabkan terdapatnya perbedaan-perbedaan antara keinginan atau kebutuhan individu dengan keinginan atau kebutuhan masyarakat, sedangkan masyarakat hanya mengizinkan kebebasan yang terbatas, kondisi psikologis itu disebut dengan frustrasi sosial.

c. Frustrasi moral.

Frustrasi moral sering juga disebut sebagai rasa bersalah terhadap sesuatu, sedangkan penyembuhan rasa bersalah itu adalah agama. Dalam psikologis, rasa bersalah itu belum dapat dikatakan sebagai dosa tetapi hanya sebagai luka *narsis*. Dalam agama fungsional, rasa bersalah belum dapat dikatakan sebagai dosa, tetapi luka *narsisistis*, mereka tidak merasa bersalah kepada Tuhan, tetapi ia merasa bersalah dihadapan aku idealnya sendiri. Ia diadili menurut norma-norma aku idealnya yang berasal dari norma-norma masyarakat tempat tinggalnya. Hukuman aku idealnya akan melumpuhkan segala bentuk aktivitas orang bersangkutan. Misalnya merasa kesepian, dikucilkan dari masyarakat dan sebagainya.

Dengan demikian kesalahan dalam arti religius takakan pernah menghancurkan manusia dan mematikan semangatnya, tetapi sebaliknya akan mengarahkan orang ke masa depan yang baik sebagai akibat telah dibebaskan manusia dari kesalahan-kesalahan atau dosa-dosanya oleh Allah dengan lalui

agamanya Sehingga manusia dapat menjalani hidupnya dengan tenang dan tenteram.

Nico syukur Dister mengutip pendapat Vorgote tentang perasaan bersalah manusia dengan menampilkan tiga pokok pemikiran, yaitu :

- 1) Rasa bersalah merupakan perasaan majemuk yang terdiri atas berbagai unsur seperti rasa tertekan yang membuat orang kehilangan kebebasannya, rasa gelisah yang mendorong orang mengeluarkan isi hatinya dan dengan demikian membebaskan diri padanya, rasa sesal, malu dan takut sehingga orang mau menyembunyikan diri bagi orang lain karena takut kesalahannya diketahui orang banyak dan rasa kesepian sehingga mengalami despresi.
- 2) Lebih sering orang merasa bersalah terhadap diri sendiri dan terhadap orang lain, dari pada terhadap Tuhan. Dengan perkataan lain, kebanyakan orang menyadari dan menghayati kesalahan mereka pertama-tama sebagai kesalahan psikologis dan moral, bukan pertama-tama sebagai kesalahan religius.
- 3) Kalau orang yang bersangkutan itu seorang yang beriman, maka rasa bersalah mengandung referensi religius. Sebab bagi orang beragama, “masyarakat sekitarnya” itu pertama-tama berupa persekutuan keagamaan (persekutuan gereja, persekutuan ummat Muslimin) sebagai instansi moral yang dilatarbelakangi oleh hukum illahi. Jadi secara tidak langsung ada pertalian dengan Tuhan Selama kesalahan itu belum secara sadar dihayati sebagai “bersalah di hadapan Tuhan”, rasa bersalah itu sebenarnya belum boleh disebut religius. Dari pada menyebutnya religius atau “dosa” lebih tepat menyebutnya “luka narsisistik”.<sup>127</sup>

d. Frustrasi disebabkan Kematian

Setiap manusia akan mati, tidak ada suatu agama yang mengajarkan kapan waktunya seseorang akan mati dan tidak ada pula seseorang dapat memastikan waktu terjadinya kematian itu. Kematian yang tak dapat dipungkiri itu menginsyafkan manusia akan ketidak berdayaan manusia dalam hidup ini. Dalam sosiologi agama teori fungsional memandang kebutuhan itu sebagai hasil dari

---

<sup>127</sup> Ibid. Nico Syukur Diester, hal. 100-114

karakteristik dasar eksistensi manusia, yaitu ketidakberdayaan yang melandasi manusia beragama.

Menurut O'Dea bahwa ketidak berdayaan, atau “konteks ketidak mungkin” menunjuk pada kenyataan tidak semua yang diinginkan bisa diperoleh. Kematian penderitaan, paksaan, semua hal itu menandakan eksistensi manusia.<sup>128</sup> Dengan demikian kesanggupan manusia untuk mengendalikan dan untuk mempengaruhi kondisi hidupnya, walaupun kesanggupan itu semakin meningkat, tetapi pada dasarnya terbatas pada titik tertentu kondisi manusia berada dalam konflik antara keinginan dengan lingkungan ditandai oleh ketidak berdayaan.

---

<sup>128</sup>Thoma F. O'Dea, *Sosiologi Agama Suatu Pengenalan awal*. Terj.Tim Penerjemah YASOGAMA, Jakarta : Penerbit CV. Rajawali, Cet. I, 1985, hal. 9